

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang

Perasaan tenang dan tentram merupakan keinginan yang ada dalam diri setiap orang. Dalam menjalani kehidupan ini seseorang seringkali merasakan kebahagiaan dan kesedihan. Setiap tahap perkembangan seseorang akan dihadapkan pada masalah yang berbeda-beda dengan penanganan yang berbeda-beda pula. Masalah yang timbul dan tidak dapat teratasi dengan baik dapat menyebabkan kesedihan, dan apabila tidak segera diatasi akan menjadi perasaan tertekan dalam diri seseorang. Begitu pula sebaliknya hal-hal yang menyenangkan mampu membuat seseorang merasakan sebuah kebahagiaan. Pengalaman hidup baik perasaan sedih maupun bahagia pernah dirasakan seseorang pada tahap perkembangan masa usia lanjut di sepanjang hidupnya.

Seseorang yang ingin memiliki kualitas hidup yang baik idealnya juga memiliki kesejahteraan psikologis yang baik pula dalam dirinya. Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* adalah sebuah istilah yang dapat digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu sesuai dengan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Kebahagiaan dan kepuasan hidup yang dirasakan seseorang menjadi sebuah unsur yang penting dalam melihat seberapa tinggi kesejahteraan psikologis seseorang. Seseorang yang merasa tenang-tenang saja dalam menjalani hidup, belum tentu memiliki kesejahteraan psikologis yang baik

pula. Dalam menghadapi sebuah masalah ada orang-orang yang santai dan cenderung tidak menganggap masalah tersebut sebagai sebuah beban, akan tetapi dari sisi psikologis dia merasa bahwa dirinya hanya orang yang lemah, tidak memiliki harapan, serta arah dan tujuan hidup.

Tahap perkembangan masa usia lanjut atau lansia merupakan masa ketika seseorang tidak lagi memiliki kemampuan seperti ketika masih muda. Santrock (2002) mengungkapkan bahwa kelompok lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Jumlah lansia dari tahun ke tahun selalu mengalami peningkatan. Mariani & Kadir (2007) mengungkapkan sesuai dengan data BPS pada tahun 2009 Indonesia berada pada peringkat keempat di dunia dalam hal jumlah penduduk lanjut usia, tahun 2000 jumlah penduduk lansia di Indonesia adalah 7,97 % dari jumlah penduduk Indonesia dan diprediksikan tahun 2010 persentase penduduk lansia mencapai 9,58 % dari total penduduk sedangkan tahun 2020 akan mengalami peningkatan menjadi 11,20 %. Peningkatan populasi lansia dari tahun ke tahun diikuti pula dengan persoalan-persoalan bagi lansia itu sendiri. Masalah utama yang dihadapi seorang lansia adalah terjadinya penurunan fungsi dari berbagai aspek.

Penurunan fungsi yang terjadi pada lansia dapat berupa penurunan kognitif maupun psikomotorik. Menurut Zainudin (2002) fungsi kognitif meliputi proses belajar, persepsi pemahaman, pengertian, perhatian dan lain-lain yang menyebabkan sebuah reaksi dan perilaku lanjut usia menjadi semakin lambat. Fungsi psikomotorik tersebut meliputi hal-hal yang berhubungan dengan dorongan kehendak seperti gerakan, tindakan, koordinasi yang berakibat bahwa lanjut usia kurang cekatan.

Penurunan kemampuan yang ada dalam diri lansia terkadang menjadikan seorang lansia kurang bisa menerima apa yang terjadi dalam dirinya bahkan merasa tertekan dan tidak bersemangat lagi dengan kondisinya yang baru. Akan tetapi beberapa lansia dapat mengatasi perubahan yang terjadi dalam dirinya dengan memandang secara positif dengan lebih memaksimalkan kemampuan yang masih ada untuk melakukan kegiatan yang produktif dan bermanfaat. Sedangkan Kartinah & Sudaryanto (2008) mengungkapkan bahwa selain fisik dan juga psikomotorik (konasi), lansia juga mengalami perubahan aspek psikososial misalnya dengan munculnya situasi seperti kematian pada pasangan, pengalaman masa lalu, kesehatan lansia, atau masalah keuangan yang akan berkaitan dengan kepribadian, emosi maupun kesejahteraan seorang lansia.

Kesejahteraan psikologis seseorang tidak hanya sebatas bagaimana seseorang mampu menerima keadaan dirinya saja, akan tetapi banyak hal yang dapat mempengaruhinya. Fenomena saat ini yang sering kita lihat di media maupun masyarakat banyak terjadi kasus lansia yang bunuh diri akibat depresi dengan motif yang bermacam-macam. Jawa Pos (2013) diberitakan bahwa seorang wanita lanjut usia berumur 67 tahun ditemukan mengakhiri hidupnya dengan gantung diri, diungkapkan tetangga korban bahwa korban tinggal sendiri dan akhir-akhir ini sering melamun. Sedangkan Suarakawan (2012) juga terdapat kasus bunuh diri di Kediri pada lansia berusia 95 tahun, akan tetapi motif bunuh diri pada kasus ini dilatar belakangi karena yang bersangkutan mengalami depresi akibat penyakit yang

diidapnya bertahun-tahun tidak segera sembuh. Depresi pada lansia tidak muncul begitu saja dengan tiba-tiba. Lansia yang merasakan bahwa dirinya gagal dalam menggapai sebuah harapan mereka akan merasa putus asa sehingga muncul kekecewaan dan ketidakbahagiaan. Masalah-masalah mengenai kesepian, kesehatan, dukungan sosial dan keluarga menjadi komponen yang dapat mempengaruhi lansia secara psikologis. Lansia yang mampu mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut tanpa harus merasa putus asa akan lebih dapat bersyukur apa yang terjadi walaupun apa yang terjadi tidak sesuai dengan harapan mereka. Selalu mengarahkan diri pada kegiatan yang bermanfaat serta berpikir positif akan membuat kesejahteraan psikologis seorang lansia semakin baik.

Memasuki masa lansia, banyak diantara lansia lebih meningkatkan kegiatan religiusitas untuk mengisi waktu. Sururin (2004) mengungkapkan dari sebuah penelitian dengan responden lansia yang berumur 60-100 tahun menunjukkan bahwa adanya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan yang semakin meningkat, sedangkan pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat baru muncul setelah usia 90 tahun. Mayoritas masyarakat Indonesia yang beragama Islam menjadikan banyak sekali tempat beribadah seperti masjid, mushola, ataupun langgar yang akan kita temui di beberapa tempat. Kegiatan ibadah umat muslim pun dapat kita lihat dengan mudah seperti sholat berjama'ah lima kali dalam sehari bahkan pengajian atau taklim. Pada kegiatan agama tersebut sangat sering dijumpai para lansia muslim yang juga mengikuti sholat berjama'ah maupun pengajian. Hasil

penelitian di atas dapat peneliti lihat ketika terdapat kegiatan keagamaan yang berlangsung di wilayah kelurahan Sanggrahan.

Kelurahan Sanggrahan terletak di kecamatan Grogol, kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah. Data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Jawa Tengah tahun 2011 mengungkapkan bahwa jumlah penduduk yang berusia 65 tahun ke atas pada kabupaten Sukoharjo sebanyak 59.949 orang. Data laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo tahun 2013 terdapat kurang lebih 685 lansia di wilayah Sanggrahan. Lansia yang ada di wilayah ini memiliki latar belakang dan kondisi kehidupan yang berbeda-beda. Mulai dari lansia dengan ekonomi menengah keatas dan keluarga yang masih lengkap hingga lansia yang hanya tinggal seorang diri dengan keadaan ekonomi yang rendah. Terdapat berbagai pengajian rutin yang diadakan di wilayah Sanggrahan ini dan justru yang berperan aktif dalam kegiatan keagamaan di masjid daerah tersebut adalah para lansia, hal ini dapat dilihat ketika sholat berjamaah maupun pengajian rutin. Pengajian yang diadakan pun sebanyak dua kali setiap bulanya yaitu pengajian tiap desa masing-masing dan juga pengajian akbar dari berbagai desa. Dari berbagai kondisi yang dialami oleh lansia tersebut sangat menarik jika dilihat dari sudut pandang bagaimana dan sejauh mana mereka merasakan kebahagiaan, kesejahteraan, dan kepuasan psikologis lansia tersebut.

Memasuki masa lansia, kegiatan dan kesibukan lansia akan mengalami perubahan. Beberapa diantara lansia muslim tersebut memilih kegiatan yang berkaitan dengan religiusitas misalnya mendengarkan ceramah, membaca buku-buku agama, sholat berjamaah atau mengikuti pengajian. Menurut Aflakseir (2012)

religiusitas telah dianggap sebagai sumber potensial sebagai pemaknaan hidup seseorang yang memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Bagi seseorang kegiatan yang bersifat keagamaan merupakan salah satu cara agar seseorang mendapat ketenangan. Terlebih pada lanjut usia yang sudah tidak memiliki banyak aktivitas, kegiatan keagamaan menjadi pilihan untuk mengisi sisa waktu luang mereka serta untuk mendekatkan diri pada Allah SWT agar mendapatkan ketenangan hidup dalam menjalani masa tua.

Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat Ar-ra'd (28) dikatakan bahwa “ orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang”. Setiap individu dalam beribadah berharap bahwa hati dan pikiran mereka dapat menjadi lebih tenang. Lansia yang meningkatkan religiusitasnya diharapkan menjadi pribadi yang optimis, menghargai diri sendiri maupun orang lain, serta senantiasa memperbaiki diri dan pada akhirnya memiliki kesejahteraan psikologis yang juga lebih baik.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan lebih merasakan kepuasan dan kebahagiaan secara psikologis dalam hidupnya. Amawidyati dan Utami (2007) mengungkapkan bahwa sikap positif seperti ketabahan, adanya penerimaan, serta hubungan yang positif dengan orang lain yang menyebabkan terbentuknya kondisi psikologis yang positif. Argyle (Hadjam & Nasirudin, 2003) menemukan bahwa religiusitas membantu individu dalam mempertahankan kesehatan psikologis individu di saat-saat sulit.

Dari berbagai uraian yang dikemukakan di atas, maka muncul sebuah rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Adakah hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia muslim?”. Untuk menjawab pertanyaan tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut dengan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia muslim”.

B. Tujuan Penelitian

Dengan permasalahan-permasalahan yang telah dipaparkan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia muslim.
2. Mengetahui kategori kesejahteraan psikologis pada lansia muslim.
3. Mengetahui tingkat religiusitas yang dimiliki oleh lansia muslim.
4. Mengetahui sumbangan efektif variabel religiusitas terhadap variabel kesejahteraan psikologis.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Diharapkan mampu menambah dan memperluas wawasan pengetahuan dalam bidang Psikologi Perkembangan, khususnya mengenai kesejahteraan psikologis lansia.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi lansia diharapkan mampu memahami pentingnya kesejahteraan psikologis dalam dirinya sehingga nantinya mampu mengembangkannya lebih baik lagi.
- b. Masyarakat diharapkan penelitian ini memberi sebuah pandangan atau pengetahuan baru terhadap pentingnya kesejahteraan psikologis serta menciptakan kegiatan yang dapat dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis khususnya bagi lansia muslim.