

## **Religiusitas dalam Kehidupan Lansia yang Tinggal Sendirian**

**Faza Aulia<sup>1</sup>, Thasya Shakila Alifah<sup>2</sup>, Intan Aini<sup>3</sup>, Iwan<sup>4</sup>, Nailah Rofifah Luthfi<sup>5</sup>**

<sup>1-4</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah

<sup>5</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya

Corresponding Email: [auliafaza291@gmail.com](mailto:auliafaza291@gmail.com)

Number Whatsapp: 08136825356

### **Abstract**

*Elderly refers to individuals who have entered the age of 65 years and over. Old age is the final stage in the course of human life, where the aging process becomes a phase that must be experienced by everyone. This study was conducted in the city of Palembang, Ilir Barat I Sub-District, with the aim to determine the role of spirituality and religiosity in the elderly who live alone, as well as to describe the condition of spirituality and religiosity they have. The research method used is a qualitative method with data collection techniques in the form of interviews and observations. Based on the results of interviews, the elderly who actively participate in religious activities such as recitation, worship in mosques, and dhikr routines can more easily overcome loneliness and avoid social isolation. Such religious activities provide a sense of calm, comfort, and allow them to build supportive social relationships. Despite the decline in health, this is not an obstacle for the elderly to remain consistent in worship. In addition, the support of family and community also has an important role in encouraging them to remain istiqamah and get closer to the creator.*

**Keywords:** *elderly, Religiosity*

### **Abstrak**

Lansia merujuk pada individu yang telah memasuki usia 65 tahun ke atas. Masa lanjut usia merupakan tahap akhir dalam perjalanan kehidupan manusia, di mana proses penuaan menjadi fase yang pasti dialami oleh setiap orang. Penelitian ini dilakukan di Kota Palembang, Kecamatan Ilir Barat I, dengan tujuan untuk mengetahui peran spiritualitas dan religiusitas pada lansia yang tinggal seorang diri, serta untuk menggambarkan kondisi spiritualitas dan religiusitas yang mereka miliki. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara dan observasi. Berdasarkan hasil wawancara, lansia yang aktif mengikuti kegiatan keagamaan seperti pengajian, ibadah di masjid, dan rutinitas berdzikir dapat lebih mudah mengatasi kesepian dan terhindar dari isolasi sosial. Aktivitas religius tersebut memberikan rasa tenang, nyaman, dan memungkinkan mereka membangun hubungan sosial yang suportif. Meskipun mengalami penurunan kesehatan, hal tersebut tidak menjadi hambatan bagi lansia untuk tetap konsisten beribadah. Selain itu, dukungan keluarga dan komunitas juga memiliki peran penting dalam Lansia merujuk pada individu yang telah memasuki usia 65 tahun ke atas. Masa lanjut usia merupakan tahap akhir dalam perjalanan kehidupan manusia, di mana proses penuaan menjadi fase yang pasti dialami oleh setiap orang. Penelitian ini dilakukan di Kota Palembang, Kecamatan Ilir Barat I, dengan tujuan untuk mengetahui peran spiritualitas dan religiusitas pada lansia yang tinggal seorang diri, serta untuk menggambarkan kondisi spiritualitas dan religiusitas yang mereka miliki. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa

wawancara dan observasi. Berdasarkan hasil wawancara, lansia yang aktif mengikuti kegiatan keagamaan seperti pengajian, ibadah di masjid, dan rutinitas berdzikir dapat lebih mudah mengatasi kesepian dan terhindar dari isolasi sosial. Aktivitas religius tersebut memberikan rasa tenang, nyaman, dan memungkinkan mereka membangun hubungan sosial yang suportif. Meskipun mengalami penurunan kesehatan, hal tersebut tidak menjadi hambatan bagi lansia untuk tetap konsisten beribadah. Selain itu, dukungan keluarga dan komunitas juga memiliki peran penting dalam mendorong mereka untuk tetap istiqamah dan semakin dekat dengan Sang Pencipta. aam mendorong mereka untuk tetap istiqamah dan semakin dekat dengan Sang Pencipta.

**Kata Kunci:** Lansia, Religiusitas

### **Pendahuluan**

Usia lanjut adalah tahap kehidupan yang alami yang tidak dapat dihindari oleh setiap orang. Semua orang mengalami proses menua secara alami, dan tahap yang paling penting dari proses ini adalah tahap tua. Pada tahap ini, kondisi fisik, psikologis, dan sosial manusia secara alami mengalami penurunan atau perubahan, dan perubahan ini berinteraksi satu sama lain. Pada orang lanjut usia, kondisi ini cenderung menyebabkan masalah kesehatan fisik dan jiwa secara khusus.

Pada tahun 2009 WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) mengungkapkan jika periode terhadap orang lansia terbagi dalam empat kelompok, keempat kelompok tersebut ialah pertengahan usia (middle age) mulai dari usia 45 hingga 59 tahun, masa lanjut usia (elderly) dari usia 60 hingga 74 tahun, masa lanjut usia tua (old) dari usia 75 hingga 90 tahunan dan usia lebih (very old) mulai usia 90 tahun sampai seterusnya, merujuk dari penjelasan tersebut dapat dapat dipahami bahwa orang lansia ialah mereka yang memiliki atau yang berada pada usia diatas 60 tahun (Fitria & Mulyana, 2021).

Religiusitas menurut Nashori (2002) secara umum dapat diartikan sebagai perasaan dan pengalaman yang dimiliki individu berkaitan dengan agama yang dianut, seberapa jauh individu percaya dan memahami agamanya, serta seberapa patuh individu tersebut dengan aturan-aturan agama dan ritual yang harus dilaksanakan. Keberagamaan atau religiusitas diwujudkan dalam berbagai sisi kehidupan manusia. Aktivitas beragama bukan hanya terjadi ketika seseorang melakukan perilaku ritual (beribadah), tapi juga ketika melakukan aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan akhir. Bukan hanya yang berkaitan dengan aktivitas yang tampak dan dapat dilihat mata, tapi juga aktivitas yang tak tampak dan berbagai macam sisi atau seseorang. Karena itu, keberagamaan seseorang akan meliputi berbagai macam sisi atau dimensi (Najtama, 2017). Menurut Harahap (2020) religiusitas diartikan dalam banyak aspek yang wajib dilakukan sebagai dasar landasan seseorang mengenai cara menjalankan kehidupan dengan benar agar dapat mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun akhirat. Konsep tersebut telah banyak diadopsi oleh pengelola bank di berbagai negara salah satunya di Indonesia. Studi menunjukkan bahwa identitas keagamaan terakumulasi dengan peningkatan kesejahteraan mental, terutama pada orang tua yang mengalami penurunan kesehatan atau kehilangan sosial. (McFarland, 2009)

Religiusitas dan spiritualitas memiliki peranan yang krusial dalam kehidupan lansia. Menurut Nur et al (2020), bagi lansia, keyakinan dan pelaksanaan ibadah dalam agama Islam melalui aktivitas seperti dzikir, sholat, dan lainnya dapat memberikan kedamaian dalam diri mereka, serta memahami arti hidup agar dapat menjalani kehidupan dengan makna yang positif. Dengan melakukan berbagai aktivitas yang konstruktif, lansia dapat menghadapi rasa kesepian dan isolasi sosial dengan meningkatkan jaringan sosial melalui komunitas keagamaan, yang mendukung peningkatan kualitas hidup yang baik. Berdasarkan wawancara dengan lansia tersebut, "subjek sudah tidak mampu berjalan jauh untuk berpartisipasi dalam kegiatan komunitas keagamaan akibat penurunan kesehatan fisik yang dialaminya, yaitu penyakit asam urat, meskipun pada usia 71 tahun, ia jarang pergi ke komunitas pengajian di masjid-masjid yang jauh dari tempat tinggalnya. Namun, subjek tetap aktif dalam komunitas pengajian di masjid terdekat dari rumahnya. Dalam religiusitas terbagi beberapa dimensi yaitu mencakupi akhlak, sosial ekonomi, fisik, dan ibadah.

Pada proses penuaan, orang tua yang hidup sendirian dan ditinggal suami mengalami beberapa perubahan pada dirinya, termasuk menjadi lebih rajin dalam hal sosial dan keagamaan. Orang tua percaya bahwa melakukan aktivitas positif dapat membantu mereka melakukan hal-hal positif di masa tua mereka, yang dapat mereka manfaatkan. Rahmawati (dalam Annisa et al. 2021) menemukan bahwa orang tua memiliki sikap religiusitas dan spiritualitas yang tinggi di kalangan mereka yang berusia antara 60 dan 75 tahun. Dia menjelaskan bahwa alasan mengapa orang tua memiliki kebutuhan spiritual dan religiusitas yang tinggi adalah karena mereka memiliki pemikiran yang matang untuk berpikir, sehingga mereka sering mendekati dirinya sendiri saat menghadapi kematian. ke Tuhan YME. Selain penyebab tersebut, ada faktor lain yang mempengaruhi tingkat religiusitas lansia.

Tujuan penulisan ini adalah untuk memahami tahap usia lanjut sebagai fase alami kehidupan yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial, serta melihat bagaimana proses penuaan memengaruhi kondisi kesehatan dan kehidupan sehari-hari lansia. Selain itu, tulisan ini bertujuan menjelaskan peningkatan aktivitas sosial dan keagamaan pada lansia, khususnya mereka yang hidup sendiri atau mengalami kehilangan pasangan, sebagai bentuk adaptasi positif di masa tua. Tujuan lainnya yaitu mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi religiusitas dan spiritualitas pada lansia, serta memahami pentingnya kebutuhan spiritual sebagai bagian dari upaya mencapai kesejahteraan dan ketenangan dalam menghadapi fase akhir kehidupan.

Pada kondisi lansia yang memasuki tahap usia lanjut, di mana perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang menyertai proses penuaan dapat memengaruhi kualitas hidup mereka. Lansia yang hidup sendirian, terutama setelah kehilangan pasangan, menghadapi dinamika kehidupan yang berbeda, termasuk munculnya kebutuhan yang lebih kuat terhadap aktivitas sosial dan keagamaan sebagai bentuk adaptasi. Rumusan masalah ini mencakup pembahasan mengenai peningkatan religiusitas pada lansia yang tinggal sendirian, serta faktor-faktor yang berperan dalam membentuk, memperkuat, atau menghambat religiusitas tersebut. Selain itu, rumusan masalah juga menyoroti

pentingnya religiusitas dalam memberikan ketenangan batin, makna hidup, dan dukungan psikologis bagi lansia dalam menjalani fase akhir kehidupannya.

### **Metode**

Metode penelitian menggunakan metode kualitatif. Menurut Sukmadinata. (2009), penelitian kualitatif adalah. penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, dan orang secara individual maupun kelompok. Sedangkan menurut Sugiyono (2010) menjelaskan bahwa metode penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowball, teknik pengumpulan dengan triangulasi, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Penelitian ini dilaksanakan bertempat di Jl. Politeknik, Bukit Lama, Ilir Barat. Kota Palembang, Sumatera Selatan. Subjek penelitian berjumlah 2 orang, yaitu lansia batasan usia 65 tahun ke atas, yang aktif dalam kegiatan religius, meliputi kegiatan ritualistik, seperti berdoa, menghadiri ibadah, dan membaca kitab suci, serta berpartisipasi dalam komunitas religius, seperti terlibat dalam pelayanan ibadah mingguan, maupun acara di luar ibadah, seperti pelayanan sosial, dan sebagainya.

Dalam Penelitian ini menggunakan variabel religiusitas digunakan pada lansia yang tinggal sendirian karena kondisi hidup sendiri sering kali memengaruhi aspek akhlak, sosial ekonomi, fisik, dan ibadah. Pada masa lanjut usia, religiusitas menjadi salah satu sumber makna hidup, kekuatan psikologis, serta mekanisme koping dalam menghadapi kesepian, penurunan fisik, dan perubahan sosial.

Teknik sampling yang diterapkan dalam studi ini meliputi purposive sampling dan snowball sampling. Sesuai dengan penjelasan Sugiyono (2013), purposive sampling adalah metode pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu, di mana responden dianggap memiliki pengetahuan paling relevan mengenai hal yang dicari peneliti, sehingga dapat mempermudah proses penelitian. Sementara itu, snowball sampling adalah teknik di mana awalnya hanya terdiri dari sedikit partisipan, tetapi seiring berjalannya waktu jumlahnya akan meningkat. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi atau gabungan untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data ini mengintegrasikan berbagai cara, seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui suatu pengamatan dengan disertai pencatatan-pencatatan terhadap keadaan atau perilaku obyek sasaran (Abdurrahmat, 2006). Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu ( J. Moleong, Lexy, 2007). Menurut Tanjung dkk (2022) bahwa metode dokumentasi adalah cara pengumpulan informasi atau data-data melalui pengujian

arsip dan dokumendokumen. Strategi dokumentasi juga merupakan teknik pengumpulan data yang diajukan kepada subyek penelitian. Dalam penelitian ini teknik dokumentasi juga penting untuk peneliti sebagai bukti-bukti yang dapat ditanggung jawabkan dalam penelitian ini dokumetasi yang dapat dilampiran berupa foto-foto.

Menurut Taylor (1975) mendefinisikan analisis data sebagai proses yang merinci usaha secara formal untuk menemukan tema dan merumuskan hipotesis (ide) seperti yang disarankan dan sebagai usaha untuk memberikan bantuan dan tema pada hipotesis. Jika dikaji, pada dasarnya definisi pertama lebih menitikberatkan pengorganisasian data sedangkan yang ke dua lebih menekankan maksud dan tujuan analisis data.

### **Hasil**

Penelitian ini dilakukan di Palembang dengan subjek penelitian berjumlah 2 orang, yaitu lansia usia 65 tahun ke atas, yang aktif dalam kegiatan religius, meliputi kegiatan ritualistik, seperti berdoa, menghadiri ibadah, dan membaca kitab suci, serta berpartisipasi dalam komunitas religius, seperti terlibat dalam pelayanan ibadah mingguan, maupun acara di luar ibadah, seperti pelayanan sosial, dan sebagainya. Setiap subjek dalam pembahasan hasil akan disebut berdasarkan inisialnya (K, P)

Analisis data dalam penelitian ini mengungkapkan empat tema utama.

Tema pertama adalah akhlak, dengan subtema sikap sabar dan syukur dalam menghadapi perubahan hidup pada masa lanjut usia. Tema kedua adalah sosial ekonomi, dengan subtema ketergantungan ekonomi akibat menurunnya kemampuan bekerja dan meningkatnya kebutuhan dukungan keluarga. Tema ketiga adalah fisik, dengan subtema penurunan kesehatan yang memengaruhi aktivitas harian serta tingkat kemandirian lansia. Tema keempat adalah ibadah, dengan subtema peningkatan religiusitas yang menjadi sumber ketenangan dan makna hidup bagi lansia.

### **Sikap Sabar dan Syukur**

Sabar merupakan akhlak Qurani yang paling utama yang selalu menjadi penekanan di setiap langkah kehidupan. Secara umum, sabar ditujukan kepada manusia dan secara khusus sasarannya adalah orang-orang yang beriman. Sebab orang beriman menghadapi segala sesuatu terutama masalah, cobaan, ataupun ujian dengan kesabaran Wahyudin et al. (2024) syukur memiliki peran penting dalam keberlangsungan manusia, sehingga hal tersebut menjadi perhatian para pakar psikologi yang dijadikan sebuah kajian studi keilmuan yang dikenal dengan “Psikologi Syukur”. Sepertinya hal tersebut digadang-gadang dapat memberikan solusi bagi manusia modern ini yang kehilangan makna hidup karena ketidakmampuan manusia modern saat ini untuk mensyukuri hidup (Aisyah & Chisol, 2020). Sabar dan syukur termasuk pada akhlak lansia yang ada di Indonesia biasanya memiliki perilaku bijaksana, sabar, dan penuh kasih sayang yang ditunjukkan oleh orang lanjut usia, yang menjadi teladan bagi keluarga dan tetap dihormati karena sikapnya yang arif serta bertanggung jawab (Anisa et al., 2024).

*“Dengan kesabaran, Ikhlas dengan semua urusan”*

## **Ketergantungan Ekonomi**

Lansia yang hidup sendiri kerap menghadapi kesulitan ekonomi seperti keterbatasan keuangan, ketergantungan pada bantuan anak, serta kesulitan dalam memenuhi kebutuhan harian. Meski begitu, beberapa dari mereka tetap berusaha mandiri dengan bekerja sebagai tukang bangunan atau tukang pijat untuk memperoleh penghasilan. Kondisi ekonomi yang kurang stabil ini sering kali menimbulkan rasa cemas dan sedih. Di sisi lain, kurangnya dukungan sosial, khususnya dari keluarga, menjadi faktor utama yang mempengaruhi kesejahteraan sosial dan ekonomi lansia tersebut. Selain itu, lansia yang tinggal sendiri juga mengalami perasaan kesepian, kurangnya komunikasi, serta minimnya bantuan praktis dalam keseharian. Kemandirian dalam aspek sosial dan ekonomi menjadi hal yang sangat penting dalam menentukan kualitas hidup mereka (Subekti, 2017).

*“kalau soal ekonomi itu ya gitulah, sesuai keuangan kita, mau juga sebenarnya ayam tapi sesekali aja, kalo ga ada paling ikan asin yang pastinya jangan berhutang, dicukup cukupin aja.”*

*“Melihat keadaan, secukupnya aja kalau punya uang 15ribu yauda beli tahu, tempe asalkan jangan berutang”*

## **Penurunan Kesehatan**

Secara fisik, lansia mengalami banyak perubahan akibat proses penuaan yang terjadi secara alami. Pada masa ini, kekuatan tubuh mulai berkurang dan daya tahan terhadap penyakit menurun. Lansia sering mengalami osteoporosis atau pengeroposan tulang, penurunan fungsi alat indera seperti penglihatan dan pendengaran, serta gangguan kesehatan lainnya seperti tekanan darah tinggi, penyakit jantung, diabetes, dan radang sendi. Kondisi tersebut membuat lansia menjadi lebih lambat dalam bergerak, mudah lelah, dan lebih rentan terhadap penyakit. Penurunan kondisi fisik yang dialami oleh lansia juga berdampak pada meningkatnya ketergantungan terhadap orang lain dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Namun, tidak semua lansia mengalami penurunan fisik yang sama. Lansia yang masih memiliki kondisi fisik yang baik cenderung mampu hidup mandiri dan mengurus dirinya sendiri. Keadaan fisik yang sehat membantu lansia tetap aktif, memiliki semangat hidup yang tinggi, serta merasa lebih bahagia karena masih dapat menjalani kehidupannya tanpa terlalu bergantung pada orang lain (Lestari & Hartati, 2016).

*”Dikit-dikit ada, pasti ada tapi tidak kelewatan, kata ustad tidak boleh kelewatan nanti makin jadi, kalau lemas lemas menjadi jadi sakitnya, habis subuh ngaji aja kalau sesudah subuh surah ar-rahman, al-waqiah, al-mulk jadi ketenangan kita disiiitu tidak terbawa susah tidak stress”*

*“Biasa saja, jangan didiemin biar tidak tambah menjadi jadi”*

*“Iya ada kalo saya ini mata, saya tidak terlalu tau kepada orang kalau oraang menegur saya gatau biasanya saya jawab “oiii sini”, bukan saya gamau menyapa balik tapi mata saya ini”*

*“Tidak mempengaruhi walalupun saya pusing pusing biasa saja tetap lanjut ibadah”*

## **Peningkatan Religiusitas**

Usia lanjut adalah tahap akhir kehidupan yang dimulai pada usia 65 tahun ke atas, ditandai oleh kemunduran fisik dan mental secara bertahap (*senescence*). Pada masa ini, jiwa keagamaan biasanya semakin matang dan fokus pada ibadah daripada urusan duniawi. Secara teori, semakin bertambah usia seseorang, semakin tinggi pula kesadaran beragamanya. Namun, hal ini tidak selalu terjadi karena pengaruh pengalaman dan dasar pengetahuan agama sebelumnya. Orang yang memiliki pemahaman agama yang baik sejak muda cenderung lebih religius di usia lanjut. Kesadaran akan kematian juga menjadi faktor yang mendorong lansia untuk lebih mendalami ajaran agama dan memperbanyak ibadah sebagai bekal menghadapi akhir hayat (Damasti & Mahmudah, 2018).

*“Iya benar, ibadah itu penting.”*

*“Iya sholat ngaji seperti itu perasaannya menjadi senang, tenang, kalau tidak sholat rasanya tidak enak”*

*“Ibadah, sholat, kita ini sudah tua jadi apa yang diperintahkan oleh Allah harus diikuti, kita harus inget Allah”*

## **Diskusi**

Penelitian ini dilakukan di Palembang dengan subjek penelitian berjumlah 2 orang, yaitu lansia usia 65 tahun ke atas, yang aktif dalam kegiatan religius, meliputi kegiatan ritualistik, seperti berdoa, menghadiri ibadah, dan membaca kitab suci, serta berpartisipasi dalam komunitas religius, seperti terlibat dalam pelayanan ibadah mingguan, maupun acara di luar ibadah, seperti pelayanan sosial, dan sebagainya. Setiap subjek dalam pembahasan hasil akan disebut berdasarkan inisialnya. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, peneliti menemukan bahwa masing-masing subjek memiliki pemahaman keagamaan yang cukup mendalam serta tingkat religiusitas yang tercermin dari konsistensi mereka dalam beribadah dan berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan. Religiusitas tersebut tidak hanya tampak dari rutinitas ibadah mereka, tetapi juga dari perilaku sosial, kepedulian terhadap sesama, serta kontribusi mereka dalam menciptakan suasana yang harmonis di lingkungan komunitas keagamaan tempat mereka beraktivitas.

Kata religiusitas berasal dari bahasa Inggris yaitu dari kata religion dan berubah menjadi religiosity. Dalam Bahasa Indonesia, istilah ini diartikan sebagai keberagamaan dan religiusitas. Glock dan Stark menyebut religiusitas sebagai tingkat pengetahuan dan pemahaman seseorang terhadap agama yang dianutnya. Religiusitas mencakup pengetahuan, kedalaman iman, kesetiaan dalam melaksanakan ibadah dan ajaran agama tersebut. Menurut Jalaluddin, religiusitas adalah sikap keagamaan yang menuntut keselarasan dalam pelaksanaan ibadah. Penghayatan ini diwujudkan dengan ibadah rutin, membaca kitab suci dengan tekun, serta pandangan hidup yang dibentuk oleh keyakinan agama dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum, religiusitas adalah pikiran dan tindakan bersama suatu kelompok yang menjadi teladan dalam menjalankan pengajaran agama tanpa paksaan,

tetapi berdasar keikhlasan, ketulusan, kerendahan hati, dan harapan rahmat Tuhan. Hal ini mencakup penghayatan ajaran, kewajiban, dan hubungan dengan Tuhan serta sesama makhluk. Religiusitas tercermin dalam sikap dan perilaku sehari-hari sebagai ketaatan nyata individu atau kelompok terhadap agama yang dianutnya yang mempengaruhi perilaku dan sikap sesuai dengan ajaran agama dalam hidupnya (Goreta et al., 2021).

Akhlak merupakan bentuk jamak dari kata khuluk yang berasal dari bahasa Arab, yang berarti perangai, tingkah laku, atau tabiat. Secara istilah, akhlak diartikan sebagai tingkah laku seseorang yang didorong oleh keinginan sadar untuk melakukan perbuatan baik tanpa perlu mempertimbangkan secara mendalam sebelumnya (Jumhuri, 2015).

Sosial ekonomi mencakup segala aspek yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan masyarakat, seperti sandang, pangan, pendidikan, perumahan, dan kesehatan. Pembangunan ekonomi adalah proses kompleks yang memengaruhi perubahan besar pada struktur sosial, sikap masyarakat, dan lembaga-lembaga nasional. Proses ini meliputi percepatan pertumbuhan ekonomi, pengurangan kesenjangan kesejahteraan, dan pengentasan kemiskinan. Pertumbuhan ekonomi yang berkelanjutan menjadi indikator utama keberhasilan pembangunan dan peningkatan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan (Nasution, 2025).

Fisik berarti jasmani, badan atau dalam bahasa Inggris "*Body*" merupakan istilah yang merujuk pada sesuatu yang memiliki wujud nyata dan dapat terlihat dengan mata kasat. Biasanya istilah ini dipakai untuk benda yang berbentuk nyata dan bisa diamati secara langsung. Dalam konteks ini, fisik merujuk pada tubuh manusia yang memiliki tampilan dan unsur lengkap sesuai fungsi masing-masing bagian. Dimensi fisik ini menjadi gambaran seseorang dalam lingkungan sosial karena penampilannya yang mudah dikenali dan memiliki ciri khas tertentu. Ciri-ciri tersebut mencakup rambut yang berbeda dalam bentuk dan warna, kulit yang memiliki karakter unik bagi setiap individu, serta bagian tubuh lain seperti mata, tangan, kaki, cara berjalan, bentuk wajah, dan sebagainya, yang keseluruhannya menggambarkan pengertian fisik manusia secara utuh (Rasyid et al., 2024).

Ibadah adalah ketundukan manusia kepada Allah yang dilaksanakan atas dasar keimanan yang kuat dengan melaksanakan semua perintahnya dan meninggalkan larangan dengan tujuan mengharapkan keridaan Allah, pahala surga, dan ampunannya. Beribadah kepada Allah harus dilaksanakan dengan ikhlas, dan ikhlas merupakan pekerjaan hati yang bersifat rahasia (Maryani, 2021).

### **Kesimpulan**

Masa lanjut usia merupakan fase akhir kehidupan yang ditandai oleh berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Lansia yang tinggal sendirian menghadapi tantangan seperti kesepian, penurunan kesehatan, dan keterbatasan ekonomi. Namun, studi ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam aktivitas religius seperti pengajian, ibadah di masjid, dan berdzikir menjadi sumber ketenangan, kedamaian batin, dan makna hidup bagi lansia. Religiusitas tidak hanya meningkatkan

kualitas hidup lansia dengan membantu mereka mengatasi kesepian dan isolasi sosial, tetapi juga memotivasi mereka untuk tetap produktif dalam komunitas. Dukungan keluarga dan masyarakat sangat penting dalam memotivasi lansia untuk tetap istiqamah menjalankan ibadah dan memperkuat jaringan sosial mereka. Dengan demikian, religiusitas berperan sebagai mekanisme koping psikologis yang efektif selama masa tua.

### **Ucapan Terima Kasih**

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini bisa terselesaikan dengan baik. Kami menyadari bahwa proses penulisan penelitian ini tidak akan berjalan lancar tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi besar. Dengan tulus kami menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Buya Iredho Fani Reza, S.Psi., MA.Si, selaku Dosen Pembimbing kami, atas bimbingan, arahan, serta masukan berharga yang telah diberikan sepanjang proses penelitian ini. Kepedulian dan dedikasi Buya sangat membantu kami dalam menyelesaikan penelitian dengan baik. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Saudari Nailah Rofifah Luthfi dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya atas kontribusi yang telah diberikan melalui diskusi konstruktif, pendampingan, serta bantuan dalam pengumpulan data. Peran serta beliau memberikan kontribusi signifikan terhadap kelancaran dan keberhasilan penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus kami tujukan kepada para ibu lansia yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan izin untuk diwawancarai dalam rangka mendukung kelengkapan data penelitian. Kerjasama dan kebaikan hati mereka sangat kami hargai dan menjadi salah satu faktor utama keberhasilan studi ini. Kami berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat serta kami membuka diri akan kritik dan saran demi peningkatan kualitas karya ilmiah di masa mendatang.

### **Referensi**

Aisyah, A., & Chisol, R. (2020). Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar. *Proyeksi*, 13(2), 109.

Amalia, V. R., & Nashori, F. (2021). Hubungan antara religiusitas dan efikasi diri dengan stres akademik mahasiswa farmasi. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion and Humanity*, 3(1), 36-55.

Amalia, V. R., & Nashori, F. (2021). Religiusitas, efikasi diri, dan stres akademik mahasiswa farmasi. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion and Humanity*, 3(1).

Anisa, R. N., Putri, A. K., Pamungkas, V. V. T., Hasanah, Y. P., & Hikmah, S. (2024). Studi kasus pada lansia: Perbedaan sosio emosional lansia di panti wredha dengan lansia di rumah. *Jurnal Empati*, 13(1), 30–37.

Author, A. A. (2021). Hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia. *Neliti*.

Bandiyah, S. (2018). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.

BANKING. Identification of micro factors on value of manufacturing company. *Journal of Research in Business, Economics, and Education*, 1(1), 71- 84.

Damasti, M. (2018). Kematangan beragama pada lansia penghuni panti sosial tresna werdha teratai (pstwt) Palembang. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang.  
Mulyadi. (2015). Perkembangan Jiwa Keberagaman Pada Orang Dewasa dan Lansia. *Jurnal Kajian Islam dan Sosial Keagamaan*, 2(3), 554-555.

Deu., Z. F., Rini., & Ibrahim, A. S. (2015). *Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kemampuan Interaksi Sosial pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango*. Universitas Negeri Gorontalo.

Gagahriyanto, M. A. (2023). Literature review: Konsep religiusitas dan spiritualitas dalam penelitian psikologi di Indonesia. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 352–358.

Goreta, P. C., & Leppang, J. (2021). Religiusitas sebagai bagian dari pendidikan karakter peserta didik. *Research and Development Journal of Education*, 7(1), 553–557.

Hidayah, N., Purwandani, S., Fitriana, R. A., & Tandiono, I. M. (2024). Makna kebahagiaan lansia yang tinggal sendirian di rumah. *J. Sintesis: Penelitian Sains dan Kesehatan*, 5(2), 211–217.

Iswara, M. A. (2021). Indonesia ranks among most religious countries in Pew study. The cultural psychology of religios.

Khoirunnisa, S. K. (2022). Analisis manajemen pendidikan sekolah dasar berorientasi multikultural (Studi kasus di SD Negeri Sangiang Jaya). *Jurnal Eduscience (JES)*, 9(1).

Lestari, A., & Hartati, N. (2016). Hubungan self-efficacy dengan subjective well-being pada lansia yang tinggal di rumahnya sendiri. *Jurnal RAP UNP*, 7(1), 12–23.

Maryani. (2021). Esensi ibadah dan pengamalannya perspektif hukum Islam. *Jurnal Literasiologi*, 7(1).

McFarland, M. J. (2009). Religion and mental health among older adults: Do the effects of religious involvement vary by gender?. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 65(5), 621–630.

Sadr, M. B. *Journal of Research in Business, Economics and Management*, 13(2), 2431-2436.

Mutaqin, M. Z. (2022). Konsep sabar dalam belajar dan implikasinya terhadap pendidikan islam. *journal of Islamic Education: The Teacher of Civilization*, 3(1).

Muthohar, M. (2017). Menakar religiusitas seorang Muslim menurut persepsi Ibnu Hajar Al-Asqalani. *Jurnal Ilmiah Pesantren*, 3(2), 405-415.

- Muthohar, M. (2017). Menakar religiusitas seorang muslim menurut persepsi Ibnu Hajar Al-Asqalani. *Jurnal Ilmiah Pesantren*, 3(2), 405–415.
- Najtama, F. (2017). Religiusitas dan kehidupan sosial keagamaan. *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, 9(2), 421–450.
- Nasution, M. F. M., & Munthe, R. R. (2025). Aspek ekonomi dan sosial. *Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Manajemen*, 3(2), 162–172.
- Putri, D. E. (2021). Hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia. *Nama Jurnal*, 2(4), 1147.
- Rasyid, H., Octaviani, N. D., & Ulfah, M. (2025). Konsep fisik, jiwa, dan ruh sebagai landasan pendidikan Islam. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, 18(3).
- Ritonga, A.Rahman, Prof.DrH.MA., (2005). *Akhlaq Merakit Hubungan Dengan Sesama Manusia*.
- Rusminingsih, Rodiah, S., Sawitri, E., (2022). Perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dengan lansia yang tinggal sendiri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 17(2).
- Safrilsyah, R. B., & Duraseh, N. Religiusitas dalam perspektif islam: Suatu kajian psikologi agama. *Substantia*, 12(2).
- Setiawan, M. R. E., Wulandari, C. A., Azalia, A., Anindya, S., Asri, Q. N., & Nursyifa. (2025). Aktivitas keagamaan sebagai manifestasi religiusitas di Masjid SMB 1 Jayo Wikramo Palembang. *Proceeding Conference on Da'wah and Communication Studies*, Vol. 4.
- Shrivastava, S. R. B. L., Shrivastava, P. S., & Ramasamy, J. (2013). Health-care of elderly: Determinants, needs and services. *International Journal of Preventive Medicine*, 4(10), 1224–1225.
- Yuliviona, R., Aprilio, K., & Azliyanti, E. (2024). Pengaruh dimensi religiusitas muslim milenial terhadap niat berperilaku menggunakan syar'i. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 10(2), 693–700.