



**Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)**  
**Volume 8 (2): 91-102, November (2021)**  
**Website <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jppm/index>**  
**Email: [jurnal\\_pls@fkip.unsri.ac.id](mailto:jurnal_pls@fkip.unsri.ac.id)**  
**(p-ISSN: 2355-7370) (e-ISSN: 2685-1628)**



naskah diterima: 26/10/2021, direvisi: 12/11/2021, disetujui: 13/11/2021

## **DIMENSI RELIGIUSITAS LANSIA DI DESA LABUHAN MARINGGAI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR**

**Dian Sri Andriani, Ardi Saputra, Yulasteriyani**

*Universitas Sriwijaya*

[diansriandriani@pps.unsri.ac.id](mailto:diansriandriani@pps.unsri.ac.id), [ardisaputra@pps.unsri.ac.id](mailto:ardisaputra@pps.unsri.ac.id), [yulasteriyani@fisip.unsri.ac.id](mailto:yulasteriyani@fisip.unsri.ac.id)

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk 1) mendeskripsikan aktivitas religi lansia dan 2) mengetahui hubungan antara religiusitas terhadap manfaat yang diperoleh lansia. Penelitian ini dilakukan di Desa Labuhan Maringgai, Kecamatan Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* (sensus), yaitu seluruh lansia yang berada di Desa Labuhan Maringgai sebanyak 73 jiwa. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuisioner dengan metode analisis statistik deskriptif, uji korelasi product-moment, uji hipotesis, dan uji besar pengaruh variabel. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 76% lansia sudah rutin melaksanakan ibadah salat subuh, zuhur, asar, magrib, dan isya yang disertai dengan zikir. Persentase lansia yang merutinkan baca Alquran sebesar 47%, sedangkan yang menghadiri pengajian di masjid sebesar 50%. Lansia yang belum merutinkan ibadah disebabkan oleh faktor pekerjaan. Diketahui sebesar 44% lansia masih bekerja untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari. Kemudian, berdasarkan hasil uji statistik diketahui adanya hubungan yang positif antara aktivitas religi terhadap manfaat yang diperoleh lansia. Penduduk lansia yang rutin melaksanakan ibadah merasakan ketenangan secara psikis dan berdampak pada kesehatan jasmani. Adapun lansia yang belum rutin melaksanakan ibadah dalam kehidupan sehari-hari mudah merasakan cemas atas situasi yang dihadapinya. Oleh karena itu, perlu adanya perhatian dari anggota keluarga dan pemerintah desa untuk mengupayakan kesejahteraan lansia.

**Kata kunci:** Lansia, Aktivitas Religi, Manfaat Religi.

**Abstract:** This study aims to 1) describe the religious activities of the elderly and 2) find out the correlation between religiosity and the benefits obtained by the elderly. This research was conducted in Desa Labuhan Maringgai, Labuhan Maringgai District, East Lampung Regency. The sampling technique used was total sampling (census), namely all the elderly in Desa Labuhan Maringgai as many as 73 people. The instrument used in this research is a questionnaire with descriptive statistical analysis method, product-moment correlation test, hypothesis testing, and variable influence test. Based on the results of the study, as many as 76% of the elderly have routinely performed the fajr, zuhur, asr, magrib, and isha prayers accompanied by dhikr. The percentage of the elderly who regularly read the Qur'an is 47%, while those who attend the recitation at the mosque are 50%. The elderly who have not routinely worshipped are caused by work factors. It is known that 44% of the elderly are still working to meet their daily needs. Then, based on statistical tests, there was a positive relationship between religious activities and the benefits obtained by the elderly. Elderly residents who routinely carry out worship feel psychologically calm and have an impact on physical health. For the elderly who have not routinely carried out worship, it is easy to feel anxious about the situation they face. Therefore, it is necessary to pay attention to family members and local government to seek the welfare of the elderly.

**Keywords:** Elderly Population, Religious Activities, Religious Benefits.

## **PENDAHULUAN**

Struktur umur penduduk Indonesia telah mengalami perubahan, yaitu munculnya penuaan penduduk (*aging population*) sebagai akibat dari penurunan angka kelahiran dan kematian di masa lampau yang diiringi dengan peningkatan harapan hidup. Perkembangan ilmu kedokteran dan peningkatan kualitas kesehatan sejak masa lampau memegang peranan penting dalam perubahan struktur umur penduduk saat ini (Vibriyanti, et al., 2019). Peningkatan kualitas kesehatan menyebabkan risiko kematian penduduk berubah semakin kecil. Semakin kecil risiko kematian penduduk, berdampak pada angka harapan hidup menjadi lebih baik.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, angka harapan hidup penduduk Indonesia rentang waktu 2010 hingga 2020 mengalami peningkatan. Angka harapan hidup penduduk Indonesia tahun 2010 berada pada umur 69,81. Artinya, perkiraan bayi yang lahir akan dapat bertahan hidup hingga umur 69,81 tahun. Sementara itu, pada tahun 2020, angka harapan hidup penduduk Indonesia mencapai umur 71,47 tahun (BPS, 2020). Kondisi tersebut secara tidak langsung membuat jumlah penduduk lanjut usia semakin meningkat.

Penduduk lanjut usia di Indonesia berdasarkan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yaitu batasan lanjut usia adalah 60 tahun ke atas. Data proyeksi penduduk tahun 2010-2030 menunjukkan bahwa Lampung menempati urutan ke delapan secara nasional dan merupakan provinsi pertama di Pulau Sumatera yang mengalami penuaan penduduk. Pada tahun 2020, proporsi penduduk lansia Lampung diproyeksikan sebesar 9,3% dan akan terus mengalami peningkatan (Salim, et. al, 2015).

Tua merupakan salah satu tahapan usia dalam rangkaian proses kehidupan. Tua juga identik sebagai masa penutupan hidup di dunia. Setiap orang yang dianugerahkan berumur panjang akan mengalami masa tua di akhir kehidupannya. Tidak sedikit orang berharap akan menjalani kehidupan masa tua dengan tenang dan menikmati hasil dari serangkaian kerja keras saat muda. Deskripsi penduduk lansia dalam menjalani keseharian yang banyak disaksikan di lingkungan sekitar adalah semakin meningkatnya intensitas ibadah serta menikmati kehidupan bersama anak dan cucu dengan penuh kasih sayang.

Harapan menjalani ibadah pada masa lansia akan meningkat apabila didukung dengan lingkungan yang memadai. Kegiatan beribadah yang rutin dan tersistem sering juga disebut sebagai kegiatan religiusitas. Religiusitas merupakan nilai-nilai tentang ketuhanan. Religiusitas adalah inti kualitas hidup manusia dan dimaknai sebagai rasa rindu, ingin bersatu, ingin berada bersama dengan sesuatu yang abstrak (Najib, 2003). Religiusitas juga dapat mempengaruhi kebahagiaan lansia atau mampu memberikan kebutuhan psikologis, diantaranya membantu penduduk lansia dalam menghadapi kematian serta memberikan keikhlasan terhadap berbagai macam perasaan kehilangan pada masa lansia.

Religiusitas dalam agama islam dilakukan dengan cara melaksanakan salat, zikir, dan berdoa yang dapat meningkatkan taraf kesehatan, khususnya lansia (Satrianegara, 2014). Ritual keagamaan tersebut dapat mengatasi depresi (Azmi, et al, 2021) dan berperan penting dalam mendukung penuaan yang sehat bagi lansia (Manning, 2013). Namun, tidak semua penduduk lansia dapat mewujudkan harapan dalam meningkatkan religiusitas dan hidup bahagia di masa lansia.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu penduduk lansia laki-laki di Desa Labuhan Maringgai, Kecamatan Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur.

“Orang tua di sini ya pada jarang ke masjid paling kalau magrib sama Jumat aja rame, soalnya kalo zuhur atau asar biasanya masih pada kerja kalau tidak di ladang. Kadang mah lewat zuhur dan asar kalau lagi pada kerja. Malah banyak juga orang-orang tua di sini yang jarang ke masjid, tau sholat tau gak di rumahnya”.

Observasi awal tersebut menunjukkan bahwa penduduk lansia di Desa Labuhan Maringgai yang jarang melaksanakan salat di masjid karena aktivitas pekerjaan. Padahal dimensi religi bertujuan untuk memperoleh ketenangan, apabila aktivitas religi baik maka lansia akan kuat dalam menghadapi kondisi yang dapat menimbulkan stress (Trisnawati, 2011).

Beberapa penelitian terdahulu tentang penduduk lansia, seperti Azmi, et al. (2021) mengkaji hubungan religiusitas dengan depresi pada lansia di Balai Sosial Lansia Mandalika. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kepatuhan menjalankan ajaran agama dan pengalaman beragama seorang lansia merupakan faktor religiusitas yang mempengaruhi kejadian depresi pada lansia. Begitu juga dengan

penelitian yang dilakukan Zakiyah & Hasan (2015) tentang religiusitas terhadap perilaku keagamaan lansia di Perumahan Tegal Sari Ledug Kembaran Banyumas yang juga membuktikan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut.

Adapun penelitian ini memfokuskan pada dimensi religiusitas dan manfaat yang dirasakan terhadap kesehatan lansia. Dimensi religiusitas dilihat dari rutinitas ibadah sehari-hari lansia, sedangkan manfaat religi yang dikaji adalah efek yang diperoleh lansia, baik jasmani maupun rohani. Sehubungan dengan itu, maka tujuan penelitian ini adalah 1) mendeskripsikan rutinitas ibadah yang dilakukan lansia dan 2) mengetahui hubungan antara rutinitas ibadah yang dilakukan terhadap kesehatan sebagai dampak positif religiusitas lansia di Desa Labuhan Maringgai.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Zuriyah (2007), penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala-gejala, fakta-fakta atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sifat-sifat populasi atau daerah tertentu. Melalui pendekatan kuantitatif, penelitian ini menguji dan menganalisis secara statistik rutinitas religi terhadap manfaat kesehatan yang diperoleh penduduk lansia dalam kehidupan sehari-hari.

Unit penelitian ini adalah Desa Labuhan Maringgai Kecamatan Labuhan Maringgai Kabupaten Lampung Timur. Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah penduduk umur 60 tahun ke atas yang dikategorikan sebagai lanjut usia (lansia). Pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling total* (sensus) sehingga diperoleh jumlah penduduk lansia di Desa Labuhan Maringgai berjumlah 73 jiwa.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuisioner. Instrumen ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas ibadah sehari-hari dengan kesehatan religi penduduk lanjut usia di Desa Labuhan Maringgai. Seluruh penduduk lansia tersebut diberikan sejumlah pertanyaan yang berpedoman pada angket mengenai identitas diri, aktivitas ibadah sehari-hari, dan kesehatan religi yang dirasakan terhadap rutinitas ibadah tersebut.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif, uji korelasi product moment, uji hipotesis menggunakan uji t, dan uji besar pengaruh

variabel. Analisis statistik deskripti dilakukan menggunakan statistik deskriptif yang digambarkan melalui diagram. Uji korelasi product moment untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2017), uji korelasi digunakan untuk membuktikan hipotesis hubungan dari dua variabel atau lebih. Variabel independen (variabel bebas) disimbolkan dengan X dan variabel dependen (variabel terikat) disimbolkan dengan Y.

Variabel X dalam penelitian ini adalah aktivitas religi lansia dalam kehidupan sehari-hari, meliputi pelaksanaan salat lima waktu, berzikir, membaca Alquran, mengikuti kajian agama. Variabel Y mengenai manfaat yang diperoleh lansia terhadap serangkaian aktivitas religi, seperti munculnya kesadaran religi, kebahagiaan dekat dengan Tuhan, timbulnya perasaan yang tenang, dan secara tidak langsung membuat badan menjadi lebih bugar. Besarnya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dinyatakan dengan koefisien korelasi. Rumus korelasi product moment sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{n \sum xiyi - (\sum xi)(\sum yi)}{\sqrt{(n \sum xi^2 - (\sum xi)^2)(n \sum yi^2 - (\sum yi)^2)}} \quad (1)$$

Selanjutnya, setelah mendapatkan hasil uji korelasi product moment, maka dilakukan penafsiran koefisien korelasi untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel tersebut menggunakan pedoman penafsiran yang tertera pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Penafsiran Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono (2017)

Kemudian, dilakukan uji hipotesis menggunakan uji t. Uji t bertujuan untuk menguji keberartian hubungan antara dua variabel tersebut. Uji t menggunakan rumus berikut.

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \quad (2)$$

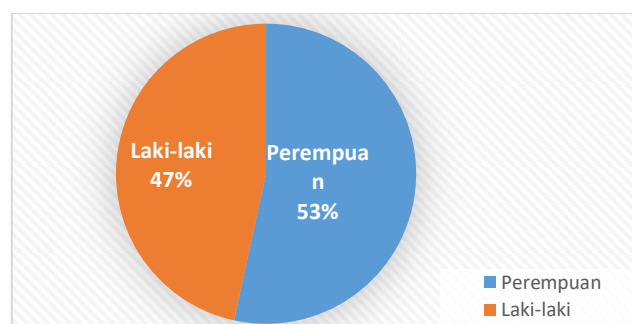
$H_0$  ditolak apabila  $t_{Hitung} > t(\alpha)(n-2)$  untuk taraf nyata 0,05 dengan menggunakan uji dua pihak sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang berarti antara aktivitas ibadah sehari-hari terhadap kesehatan religius penduduk lanjut usia. Selanjutnya, dilakukan uji penentuan besar pengaruh variabel. Uji besar pengaruh variabel bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Uji penentuan besar variabel bebas tersebut menggunakan rumus koefisien determinasi, yaitu:

$$KD = r^2 \times 100\% \quad (3)$$

Setelah memperoleh hasil koefisien determinasi, maka dapat diketahui besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat dalam penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

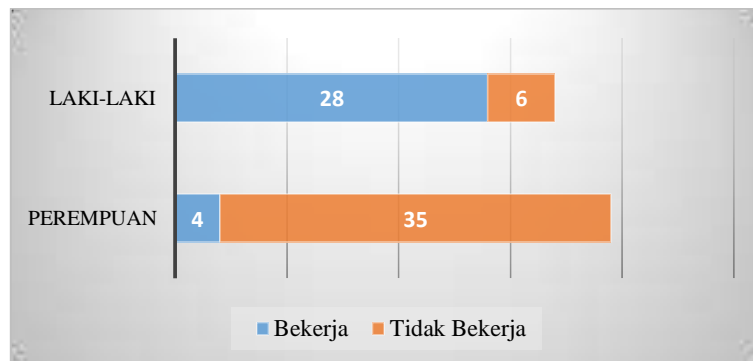
Secara geografis, Desa Labuhan Maringgai memiliki luas sebesar 33,40 km<sup>2</sup> dan merupakan desa yang paling luas dibandingkan desa lainnya di Kecamatan Labuhan Maringgai. Begitu juga dengan jumlah penduduk di desa tersebut. Pada tahun 2020, sebanyak 15,48% penduduk Kecamatan Labuhan Maringgai bertempat tinggal di Desa Labuhan Maringgai (BPS, 2020). Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa penduduk berusia lanjut (60 tahun ke atas) di Desa Labuhan Maringgai juga semakin meningkat, yaitu sebanyak 73 jiwa. Pada Gambar 1, dapat dilihat persentase penduduk lansia di Desa Labuhan Maringgai.



Gambar 1. Persentase Penduduk Lansia menurut Jenis Kelamin di Desa Labuhan Maringgai

Berdasarkan deskripsi data pada Gambar 1, penduduk lansia menurut jenis kelamin di Desa Labuhan Maringgai memiliki jumlah yang hampir sama. Diketahui bahwa persentase penduduk lansia perempuan adalah 53%, atau sejumlah 39 jiwa,

sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki adalah 34 jiwa. Selain itu, informasi mengenai identitas penduduk lansia juga dilihat dari latar belakang pekerjaan. Sampel dalam penelitian ini berasal dari status pekerjaan yang berbeda-beda. Persentase sampel penduduk yang masih bekerja adalah 40%. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua sampel memiliki status pekerjaan. Pengelompokan jumlah sampel menurut status pekerjaan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Jumlah Penduduk Lansia menurut Status Pekerjaan di Desa Labuhan Maringgai

Berdasarkan data pada Gambar 2, penduduk lansia perempuan yang bekerja berjumlah 4 jiwa dan sisanya sebanyak 35 jiwa berstatus sebagai ibu rumah tangga. Sementara itu, penduduk lansia laki-laki didominasi dengan status bekerja, yaitu sebanyak 28 jiwa dari total 34 penduduk lansia laki-laki. Adapun pekerjaan penduduk lansia di Desa Labuhan Maringgai bermacam-macam, seperti bekerja sebagai buruh pasar sebanyak 11 orang, berdagang di pasar sebanyak 6 orang, bertani sebanyak 3 orang, 1 orang sebagai pengisi ceramah di masjid, 1 orang marbot masjid, dan 2 orang merupakan pengusaha.

Berdasarkan tujuannya, pembahasan terkait hasil penelitian diuraikan ke dalam dua aspek, yaitu 1) deskripsi aktivitas religi lansia di Desa Labuhan Maringgai dan 2) berdasarkan data tersebut, pengolahan data bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari aktivitas religi tersebut terhadap manfaat kesehatan religi yang diperoleh lansia.

### **Deskripsi Aktivitas Religi Lansia di Desa Labuhan Maringgai**

Kegiatan penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan angket yang berisikan daftar pertanyaan tentang aktivitas ibadah yang dilakukan sehari-hari dan manfaat yang dirasakan terhadap aktivitas ibadah tersebut. Aktivitas ibadah sehari-hari terdiri dari 8 aspek, yaitu salat lima waktu (subuh, zuhur, asar, magrib, isya), membaca Alquran,

berzikir, dan mengikuti kajian. Manfaat yang diperoleh lansia terhadap aktivitas ibadah yang telah dilakukan baik secara jasmani maupun rohani. Angket ini dikembangkan untuk mengetahui manfaat yang diperoleh penduduk lansia melalui aktivitas religi yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Berikut ini ringkasan tabel aspek yang ditinjau dalam penelitian, dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Indikator Dimensi Religi Lansia

Variabel	Indikator	Respon	
		Ya	Tidak
X	<b>Aktivitas Religi Lansia</b>		
	Melaksanakan ibadah salat subuh	67%	33%
	Melaksanakan ibadah salat zuhur	66%	34%
	Melaksanakan ibadah salat asar	53%	37%
	Melaksanakan ibadah salat magrib	89%	11%
	Melaksanakan ibadah salat isya	89%	11%
	Melakukan zikir setelah salat fardu	89%	11%
	<b>Rata-rata</b>	76%	24%
	Membaca Alquran	47%	43%
	Mengikuti Pengajian di Mesjid	50%	50%
Y	<b>Manfaat Religi</b>		
	Memiliki kesadaran religi	89%	11%
	Manfaat secara rohani	89%	11%
	Manfaat secara jasmani	89%	11%
Temuan	<b>Kendala Tidak Disiplin Melaksanakan Aktivitas Religi</b>		
	Pekerjaan	49%	41%
	Fisik	18%	82%

Teknik pengumpulan data di lapangan dilakukan dengan cara menanyakan pertanyaan-pertanyaan yang tersedia pada angket penelitian kepada lansia yang menjadi sampel penelitian. Teknik ini dilakukan guna efisiensi proses penelitian di lapangan dan pengolahan data karena memperhatikan kondisi penduduk lansia yang tidak mendukung untuk mengisi lembar angket secara pribadi. Pada Tabel 2 dapat dilihat hasil pengolahan angket pada setiap aspek yang diteliti.

Diketahui sebanyak 76% lansia telah melaksanakan serangkaian ibadah salat fardu beserta zikir. Akan tetapi, persentase lansia pada saat salat magrib dan isya lebih



besar dibandingkan salat fardu lainnya. Ketidaksiplinan lansia melaksanakan ibadah salat tersebut disebabkan oleh faktor pekerjaan. Diketahui sebanyak 49% lansia di Desa Labuhan Maringgai masih bekerja untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari dan mayoritas lansia bekerja di sektor informal sehingga sulit meluangkan waktu untuk mengerjakan salat zuhur dan asar.

Di usianya yang lanjut, lansia biasanya lebih tertarik pada aktivitas yang berhubungan dengan dimensi religi sehingga cenderung disiplin dan matang dalam mengerjakan ibadah keagamaan (Zakiah & Hasan, 2015). Kondisi ideal tersebut tidak terjadi pada lansia di Desa Labuhan Maringgai tidak hanya karena faktor pekerjaan, 18% lansia mengeluhkan tidak kuat melaksanakan salat. Kondisi tersebut sesuai dengan penuturan Afrizal (2018) bahwa penurunan kemampuan secara fisik menyebabkan berkurangnya tenaga dan kekuatan dalam beraktivitas, lansia juga dihadapi dengan gangguan kesehatan yang menyebabkan menurunnya fungsi organ tubuh.

Adapun dalam aspek membaca Alquran menempati persentase terendah karena masih terdapat lansia yang tidak bisa membaca Alquran. Selanjutnya, untuk aspek mengikuti pengajian di masjid, hanya setengah dari penduduk lansia yang datang ke masjid untuk menghadiri pengajian. Diantaranya berpendapat bahwa sudah tidak kuat untuk pergi ke masjid karena lelah seharian bekerja. Deskripsi penduduk lansia di pedesaan Indonesia saat ini masih berkontribusi pada aspek ekonomi karena latar belakang pekerjaan informal tidak memberikan jaminan sosial sehingga menyebabkan lansia tetap bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari (Djamhari, et. al, 2020).

### **Pengaruh Aktivitas Religi terhadap Manfaat yang diperoleh Lansia**

Langkah-langkah yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh aktivitas religi terhadap manfaat yang diperoleh lansia antara lain *Pertama*, melakukan pengolahan data secara statistik, meliputi penjumlahan dan rata-rata data penelitian. Tahap *kedua*, melakukan uji korelasi product-moment. Hasil uji korelasi didapatkan bahwa nilai  $r$  sebesar 0,69. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dinyatakan bahwa keeratan hubungan antara aktivitas ibadah sehari-hari dengan kesehatan religi penduduk lansia adalah kuat.

Kemudian, data penelitian dilanjutkan pada tahap *ketiga*, yaitu melakukan uji hipotesis menggunakan uji  $t$ . Hasil uji hipotesis diperoleh nilai  $t_h$  adalah 6,98, sedangkan

nilai  $t_t$  adalah 1,99. Hipotesis nol diterima apabila  $t_h > t_t$ . Berdasarkan data tersebut, dapat dikemukakan bahwa terdapat hubungan positif antara aktivitas ibadah sehari-hari dengan kesehatan yang diperoleh penduduk lansia. Tahap *keempat*, melakukan uji penentuan besar pengaruh variabel bebas. Berdasarkan hasil uji penentuan besar pengaruh variabel bebas, aktivitas ibadah sehari-hari memberikan kontribusi terhadap kesehatan penduduk lansia di Desa Labuhan Maringgai, Kecamatan Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur sebesar 47,33%. Sisanya, dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak menjadi variabel dalam penelitian ini.

Data tersebut sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya bahwa aktivitas keagamaan yang diikuti, termasuk ke dalamnya berdoa akan menimbulkan keterikatan yang kuat dengan Tuhan sehingga berkorelasi positif terhadap kebahagiaan (Kesebir & Diener, 2009). Meningkatnya hubungan agama yang dianut seseorang akan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis lansia (Amalia, 2018). Berdasarkan aktivitas religi yang dilakukan lansia, sebanyak 89% menyadari pentingnya melaksanakan ibadah yang diwajibkan dalam ajaran agama Islam. Ibadah bukan hanya sebatas kewajiban, tetapi juga mendatangkan manfaat kesehatan terhadap jasmani dan rohani lansia.

Beberapa lansia menuturkan bahwa melalui ibadah, pikiran menjadi tenang dan badan terasa lebih bugar karena gerakan dalam ibadah salat dapat merelaksasikan otot-otot badan. Kematangan dalam beragama memanglah tidak terjadi secara instan karena dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam dan luar individu, seperti kondisi lingkungan di sekitar tempat tinggal. Oleh karena itu, diperlukannya kehadiran dan perhatian dari anggota keluarga terhadap lansia. Menurunnya fungsi tubuh karena penuaan usia menyebabkan lansia tidak memiliki kemampuan sebagaimana di usia muda sehingga sudah seharusnya lansia tidak dibebani untuk bekerja, terlebih untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

Sejalan dengan hal itu, George, et al. dalam Madanih (2021) menjelaskan berbagai macam manfaat dari religi, yaitu mengajarkan praktek kesehatan, memberikan dukungan sosial, dan sebagai struktur kepercayaan. Di usia senja, penduduk lansia seharusnya merasakan kebahagiaan meskipun fungsi organ tubuh kian menurun. Kebahagiaan tersebut muncul dari nilai-nilai yang diberikan oleh serangkaian aktivitas

religi, seperti perasaan tenang karena sering berzikir. Adanya ketenangan jiwa dapat membantu lansia untuk siap menghadapi kehidupan yang dijalani pada masa tuanya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa 76% lansia di Desa Labuhan Maringgai telah melaksanakan ibadah salat fardu dan zikir pada waktunya. Akan tetapi, hanya 47% lansia yang meluangkan waktu untuk membaca Alquran dan 50% yang mengikuti pengajian di masjid. Para lansia yang telah menunjukkan religiusitas dalam kehidupan sehari-hari mengakui adanya manfaat yang dirasakan, terutama pada ketenangan batin yang turut membuat badan menjadi sehat. Hal ini sejalan dengan uji statistik yang dilakukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan manfaat kesehatan yang diperoleh lansia. Adapun lansia yang belum menunjukkan religiusitas disebabkan oleh faktor pekerjaan untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari sehingga tidak dapat meluangkan waktu untuk beribadah. Oleh karena itu, perlu adanya dukungan dari anggota keluarga dan pemerintah setempat untuk memperhatikan kesejahteraan lansia sehingga di masa tuanya, lansia dapat menikmati hidup dengan tenang melalui peningkatan religiusitas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afrizal. (2018). Permasalahan yang Dialami Lansia dalam Menyesuaikan Diri terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Islamic Counseling*, Vol (2) 2.
- Azmi, R., Emilyani, D., Jafar, S. R., Sumartini, N. P. (2021). Hubungan Religiusitas dengan Kejadian Depresi Pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika. *Bima Nursing*, Vol. 2 (2).
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Indeks Pembangunan Manusia*. Jakarta: BPS.
- \_\_\_\_\_. (2021). *Kecamatan Labuhan Maringgai dalam Angka 2021*. Lampung Timur: BPS.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2019). *BKKBN Tingkatkan Kualitas dan Kepedulian terhadap lansia*. (Online) <https://www.bkkbn.go.id/detailpost/bkkbn-tingkatkan-kualitas-dan-kepedulian-terhadap-lansia>, diakses tanggal 05 Februari 2021.
- Djamhari, E. A., Ramdlaningrum, H., Layyinah, A., Chrisnahutama, A., Prasetya, D. (2020). *Kondisi Kesejahteraan Lansia dan Perlindungan Sosial Lansia di Indonesia*. Jakarta: Prakarsa.
- Fitriani, M. (2016). Problem Psikospiritual Lansia dan Solusinya dengan Bimbingan Penyuluhan Islam. *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 36 (1).

- Madanih, R. (2020). Pengaruh Keagamaan terhadap Kepuasan Hidup Lansia di Jakarta. *Khidmat Sosial*, Vol. 1 (1).
- Manning, L. K. (2013). Navigating Hrdships in Old Age: Exploring the Relationship between Sprituality and Resilience in Later Life. *Sage Journals*, Vol. 23 (4).
- Nadjib, E. A. (2003). *Cahaya Maha Cahaya*. Cetakan ke sembilan. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- Naftah, A. R., dkk. (2017). Kesehatan Spriritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi*, Vol. 25 (2).
- Salim, E., Adioetomo, S. M. (2015). *Dinamika Kependudukan dan Pembangunan Berkelanjutan di Indonesia*. Jakarta: UNFPA.
- Satrianegara, M. F. (2014). Pengaruh Religiusitas terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan, Stres, dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Kronis di kota Makassar (Kajian Survei Epidemiologi Berbasis Integrasi Islam dan Kesehatan). *Kesehatan*, Vol. 6 (2).
- Trisnawati, D. (2011). Hubungan Aktivitas Religi dengan Tingkat Depresi p ada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werda Unit Budi Luhur Yogyakarta. *Kesmadaska*, Vol. 2 (2).
- Vibriyanti, D., Harfina, D., Seftiani, S., Sitohang, M. Y. (2019). *Lansia Sejahtera: Tanggung Jawab Siapa?* Jakarta: Yayasan Pustaka Obor.
- Zakiah & Hasan, I. (2015). Studi Religiusitas Lansia terhadap Perilaku Keagamaan pada Lansia Perumahan Tegal Sari Ledug Kembaran Banyumas. *Islamadina*, Vol. XV (2).