

Hubungan Religiusitas dengan *Subjective Well-Being* pada Lansia di Jakarta

(Religiosity and Subjective Well-Being of The Elderly in Jakarta)

MUHAMMAD AKHYAR¹, RATU IFTHIHARFI, VIANA WAHYUNI, MILSA ARDHANI PUTRI, VANNISA YUNITA PUTRI, WILDAYATI, MUHAMMAD RAFLY
Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila

Email: malakhyar@gmail.com

Diterima 5 September 2019, Disetujui 26 Oktober 2019

Abstrak: Penelitian ini ditujukan untuk melihat hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan subjektif yang terdiri dari kepuasan hidup, emosi positif dan emosi negatif pada lansia di Jakarta ($N = 73$). Pengukuran religiusitas, kepuasan hidup, dan tingkat emosi positif dan negatif dalam penelitian ini berturut-turut merupakan adaptasi dari *Religiosity Scale* (Diduca & Joseph, 2007), *The Satisfaction with Life Scale* (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), serta *Positive Affect and Negative Affect Scale* (Watson, Clark, & Tellegan, 1988). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepuasan hidup dan emosi positif dengan religiusitas ($r = 0,423$, $p < 0,05$, $r = 0,234$, $p < 0,05$), namun religiusitas tidak memiliki hubungan dengan dimensi kesejahteraan subjektif yaitu emosi negatif ($r = 0,048$, $p > 0,05$). Hasil penelitian juga menemukan bahwa semakin meningkatnya usia lansia, hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan subjektif akan kian menguat.

Kata Kunci: lansia, kesejahteraan subjektif, religiusitas

Abstract: This study aimed to look at the relationship between religiosity and subjective well-being (consisting of life satisfaction, positive emotions and negative emotions) in the elderly in Jakarta ($N = 73$). The measurement of religiosity in this study use an adaptation of the *Religiosity Scale* (Diduca & Joseph, 2007), while to measure life satisfaction, and the level of positive and negative emotions using *The Satisfaction with Life Scale* (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) and *Positive Affect and Negative Affect Scale* (Watson, Clark, & Tellegan, 1988). The results showed there was a relationship between life satisfaction and positive emotions with religiosity ($r = 0.423$, $p < 0.05$, $r = 0.234$, $p < 0.05$), but religiosity did not have a significant relationship with negative emotions ($r = 0.048$, $p > 0.05$). The results also found that as age increases, the relationship between religiosity and subjective well-being strengthens.

Keywords: elderly, subjective well-being, religiosity

PENDAHULUAN

Indonesia kini termasuk ke dalam negara dengan struktur penduduk menuju tua atau biasa disebut *ageing population* karena memiliki populasi lanjut usia (lansia), yaitu

orang dengan usia lebih dari 60 tahun di atas tujuh persen (Soeworno, 2017). Data proyeksi penduduk dapat dilihat bahwa persentase lansia di Indonesia pada tahun 2017 telah mencapai 9,03% atau terdapat 23,66 juta jiwa (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Jumlah ini

diprediksi akan meningkat pada tahun 2020 menjadi 27,08 juta jiwa, bahkan pada tahun 2035 angka penduduk lansia Indonesia akan menyentuh 48,19 juta jiwa. Sementara itu 7,03% dari keseluruhan lansia di Indonesia tinggal di Jakarta, dan menjadikan kota ini sebagai penyumbang terbesar penduduk lansia di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Seseorang yang telah memasuki masa lansia akan mengalami penurunan kondisi fisik dan kognitif. Kondisi ini membuat mereka perlahan menarik diri dari lingkungannya sehingga interaksi sosial mereka pun akhirnya menurun di banding fase hidup mereka sebelumnya (Septianingsih & Naimah, 2012). Menurunnya interaksi sosial dapat menyebabkan kesepian yang biasanya berupa pengalaman subjektif tidak menyenangkan (Peplau & Perlman dalam Hidayati, 2015). Sasmita dan Yulianti (2018) juga menyebutkan bahwa kesepian berhubungan secara negatif dengan kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*).

Subjective well-being (SWB) adalah evaluasi afeksi dan kognisi seseorang terkait hidupnya (Diener, 2000). Komponen-komponen dalam SWB meliputi kepuasan terhadap hal-hal penting dalam hidup (*life satisfaction*), tingginya tingkat emosi positif, dan rendahnya level emosi negatif (Diener, 2000). *Life satisfaction* adalah penilaian secara umum dari keseluruhan hidup seseorang dan merupakan komponen kognitif dari SWB (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Sementara itu, tingginya tingkat emosi positif emosi negatif sebagai salah satu indikator

baiknya SWB seseorang dilihat dari seberapa sering individu mengalami emosi dan *mood* yang menyenangkan atau tidak menyenangkan (Veenhoven, 1988). Keadaan ketika seseorang lebih sering merasakan emosi positif dan jarang merasakan emosi negatif itulah yang biasa disebut *happiness* (Diener, Sandvik, & Pavot, 2009).

Menurut Veenhoven (1988) *happiness* sebagai bagian dari SWB dapat memfasilitasi kontak sosial. *Happiness* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kecerdasan emosional, relasi sosial, religiusitas, pekerjaan, serta tingkat pendapatan (Diener & Ryan, 2009).

Meskipun rentan terhadap rasa sepi, lansia lebih serius mencari atau mengejar kebahagiaan dan berusaha dalam hal itu dibanding orang yang lebih muda (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999). Medley (dalam Hurlock, 2002) menyatakan, secara umum, lanjut usia yang bahagia lebih sadar dengan kegiatan baru dibanding dengan yang tidak merasa bahagia. Lansia cenderung mendapat manfaat lebih dari aktivitas-aktivitas baru yang positif (Sin & Lyubomirsky, 2009). Salah satu bentuk aktivitas tersebut bisa berupa aktivitas keagamaan, karena di masa ini religiusitas seseorang cenderung meningkat dibanding saat usia dewasa muda (Ardelt & Koenig, 2006 dalam Stanley dkk., 2011). Hal ini didukung oleh temuan yang menyatakan bahwa agama memiliki peranan yang sangat penting dalam kesejahteraan subjektif bagi orang yang lebih tua

(Iannoccone, 1990 dalam Brown & Tierney, 2009).

Religiusitas diartikan sebagai upaya yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan manusia, baik tentang kehidupan maupun kematian (Ellison, 1993). Religiusitas selalu dikaitkan dengan seberapa sering atau banyaknya partisipasi seseorang dalam mengikuti kegiatan keagamaan (Pargament, 1999). Diduca dan Joseph (2007) mengonseptualisasikan religiusitas menggunakan konstruk pemikiran delusional atau *delusional thinking*. *Delusional* menurut Heshmat (2017) adalah kasus ekstrem dari keyakinan yang irasional dan keyakinan tersebut bersifat obsesif dan menyebabkan tekanan emosional. Penilaian religiusitas dengan konstruk pemikiran delusional memiliki dimensi yaitu *preoccupation*, *guidance*, *conviction*, dan *emotional involvement* (White dalam Diduca & Joseph, 2007).

Pada lansia penurunan fungsi kognitif merupakan penyebab terbesar terjadinya ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas normal sehari-hari (Reuser, Bonneux, & Willekens, dalam Mongisidi, Tumewah, & Kembuan, 2013). Penurunan fungsi kognitif tersebut merupakan salah satu bentuk gangguan dari penyakit yang umumnya terjadi pada lansia, dan salah satu gelajanya adalah delusi. Delusi merupakan salah satu gejala pada lansia yang menderita demensia. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan konsep religiusitas dari Diduca & Joseph (1997) karena melihat dari karakteristik

lansia yang mengalami degeneratif baik dari segi fisik maupun mental. Penurunan kondisi fisik dan mental tersebut dapat diatasi melalui kegiatan keagamaan karena menurut Vahia, Chattillion, Kavirajan, & Depp (2011) lansia yang sering melakukan ibadah atau kegiatan keagamaan akan mengalami penurunan fungsi kognisi yang lebih lambat dibanding yang jarang. Ditemukan pula bahwa lansia yang memiliki level spiritualitas atau religiusitas yang tinggi juga memiliki resiliensi yang tinggi dalam menghadapi situasi yang menyebabkan stres (Vahia, Chattillion, Kavirajan, & Depp, 2011).

Meningkatnya religiusitas seseorang pada lansia dengan ditandai banyaknya aktivitas keagamaan yang dijalankan berkaitan positif dengan *happiness* dan SWB (Aghababaei, 2013; Bixter, 2014; Sillick, Stevens, & Cathart, 2016). Meski hasil-hasil temuan sebelumnya menunjukkan hubungan yang kuat antara *subjective well-being* dan religiusitas, penelitian terkait ini dalam konteks Indonesia khususnya Jakarta tetap menarik dilakukan karena situasi praktik keberagaman dan kondisi hidup lansia di Jakarta tentunya berbeda dibandingkan populasi penelitian sebelumnya.

METODE

Partisipan penelitian. Partisipan (N = 73) merupakan lansia yang berada pada umur lebih dari 59 tahun yang berdomisili di Jakarta. Berikut merupakan karakteristik partisipan yang disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

Variabel Demografi		N	%
Jenis kelamin	Perempuan	38	52,05
	Laki-laki	35	47,95
Tempat Tinggal	Jakarta selatan	29	39,73
	Jakarta barat	18	24,66
	Jakarta utara	2	2,74
	Jakarta timur	8	10,96
	Jakarta pusat	16	21,92
Status pernikahan	Menikah	37	50,68
	Bercerai hidup	5	6,85
	Bercerai mati	27	36,99
	Sendiri	4	5,48
Agama	Islam	63	86,30
	Kristen protestan	4	5,48
	Katolik	4	5,48
	Buddha	2	2,74
Pendidikan	SD	34	46,58
	SMP	11	15,08
	SMA	20	27,40
	Perguruan Tinggi	4	5,47
	Lainnya	4	5,47
Usia	Lansia awal (60 – 69 tahun)	45	61,64
	Lansia akhir (> 69 tahun)	28	38,36

Prosedur Penelitian. Teknik pengambilan data dari penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional* dengan desain studi termasuk kedalam jenis penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *accidental sampling*.

Instrumen Penelitian. Untuk mengukur religiusitas, peneliti menggunakan alat ukur *Religiosity scale* dari Diduca dan Joseph (2007), yang akan diukur melalui empat dimensi menggunakan skala 1 – 6 (sangat tidak setuju - sangat setuju). Salah satu item berbunyi, “Saya yakin bahwa Tuhan ada”. Untuk mengukur SWB, peneliti menggunakan alat ukur *Positive Affect and Negative Affect Scale* (PANAS) yang dikembangkan oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) dan *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) (Diener, dkk., 1985) yang diukur dalam skala *Likert* dengan pilihan “sangat jarang” hingga “selalu”.

HASIL

Dari hasil analisis korelasi ditemukan adanya hubungan antara religiusitas dengan *positive affect* ($r = 0,423, p < 0,01$), sedangkan *negative affect* ternyata tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan religiusitas ($r = 0,048, p > 0,05$). Sementara kepuasan hidup memiliki hubungan dengan religiusitas ($r = 0,234, p < 0,05$).

Selanjutnya peneliti melakukan analisa lanjutan untuk melihat pengaruh dari usia lansia terhadap hubungan antara *life satisfaction* dan religiusitas. Peneliti menemukan bahwa hubungan antara religiusitas dan *life satisfaction* rendah pada lansia awal (di atas 60 tahun) dengan $B = 0,0648, t = 0,6289, p > 0,05$ dan pada umur 68 tahun ke atas, dengan $B = 0,1364, t = 1,9227, p > 0,05$. Hubungan antara religiusitas dan *life satisfaction* ditemukan

menguat ketika lansia berada pada tahapan lansia akhir (diatas usia 75 tahun), dengan $B = .0,2080$, $t = 2,2131$, $p = 0,0302$. Pola ini juga ditemukan pada aspek *positif affect*. Peneliti menemukan bahwa hubungan antara religiusitas dan *positive affect* rendah ketika lansia berada pada pada tahapan lansia awal (di atas 60 tahun) dengan $B = 0,0509$, $t = 1,6303$, $p > 0,05$. Hubungan antara religiusitas dan *positive affect* ditemukan menguat ketika pada umur 68 tahun ke atas, dengan $B = 0,0814$, $t = 3,7876$, $p = 0,0003$ dan kian menguat ketika lansia berada pada tahapan lansia akhir (diatas usia 75 tahun), dengan $B = 0,1120$, $t = 3,9307$, $p = 0,0002$.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *positive affect* pada lansia di Jakarta, sedangkan *negative affect* tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan religiusitas pada lansia di Jakarta. Selain itu, hasil juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepuasan hidup dengan religiusitas dalam penelitian ini.

DISKUSI

Secara umum, hasil penelitian ini mendukung dugaan peneliti merujuk penelitian-penelitian sebelumnya, kecuali pada hubungan antara religiusitas dan *negative affect*. Temuan ini menarik karena seseorang yang memiliki emosi yang negatif masih memiliki kemungkinan memiliki religiusitas yang baik.

Penelitian ini juga menemukan bahwa semakin tua usia lansia semakin kuat pula hubungan antara religiusitas dan SWB. Hal ini sejalan dengan penelitian Diener dan Clifton (2002), yang menemukan bahwa pada usia 80 tahun ke atas hubungan antara religiusitas dan SWB akan semakin menguat. Hal ini mungkin bisa dijelaskan bahwa semakin tua seorang lansia kebutuhan terhadap makna hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghababaei, N. (2013). God, the good life, and hexaco: the relations among religion, subjective well-being and personality. *Mental Health, Religion & Culture* 17(3), 284–290.
- Bixter, M. T. (2014). Happiness, political orientation, and religiosity. *Personality and Individual Differences*. 72. 7 – 11.
- Brown, P.H., & Tierney, B. (2009). Religion and subjective well-being among the elderly in China. *The Journal of Socio-Economics*. 38. 310-319.
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*. 54. 165–181.
- Diduca, D. & Joseph, S. (2007). The dimensions of religiosity scale: 20-item self-report measure of religious preoccupation, guidance, conviction, and emotional involvement. *Mental Health, Religion & Culture*. 10 (6). 603-608.

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
DOI:
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., & Clifton, D. (2002). Life satisfaction and religiosity in broad probability samples. *Psychological Inquiry*, 13, 206-209.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406. DOI:
<http://doi.org/10.1177/008124630903900402>
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (2009). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. DOI: http://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_10.
- Diener, E., & Clifton, D. (2014). Life satisfaction and religiosity in broad probability samples. *Psychological Inquiry*. 13 (3). 206 - 209.
- Ellison, C. G. (1993). Religious involvement and self-perception among Black Americans.
- Heshmat, S. (2017). *Explaining Delusional Thinking*. Retrieve from www.psychology.com/us/blog/science-choice/201709/explaining-delusional-thinking%3famp
- Hidayati, D. S. (2015). Self-compassion dan loneliness. *Journal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 154 – 164.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Surabaya: Erlangga.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Analisis lansia di Indonesia*. Diperoleh dari www.depkes.go.id/download.php%3Ffile%3Ddownload/pusdatin/lain-lain/
- Mongisidi, R., Tumewah, R., & Kembuan, M.A.H.N. (2013). Profil penurunan fungsi kognitif pada lansia di yayasan-yayasan manula di kecamatan Kawangkoan. *E-Clinic*. 1(1). 1-10.
- Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *International Journal of Religion*, 9(1), 3-16. DOI:
doi.org/10.1207.s1532758ijpr0901_2
- Sasmita, M., & Yulianti, A. (2018). Kesepian dengan kesejahteraan subjektif pada usia

- lanjut yang tinggal di panti jompo khusnul khotimah pekanbaru riau. *Psymphathic*, 3(1), 825-835.
- Septianingsih, D. S., & Naimah, T. (2012). Kesepian pada lanjut usia: Studi tentang bentuk, factor pencetus dan strategi koping. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 11(2), 1 – 9. *Social Forces*, 71(4). 1027-1055.
- Sillick, W.J., Stevens, B.A., & Catcart, S. (2016). Religiosity and happiness: comparison of the happiness levels between the religious and the nonreligious. *The Journal of Happiness & Well-being*, 4(1). 115-127.
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with Positive Psychology Interventions: A practice friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 65. 467–487.
- Stanley, M.A., Bush, A.L., Camp, M.E., Jameson, J.P., Phillips, L.L., Barber, C.R., Zeno, D., Lomax, J.W., & Cully, J.A. (2011). Older adults' preferences for religion/spirituality in treatment for anxiety and depression. *Aging and Mental Health*, 15(3). 334 – 343.
- Vahia, I.V., Chattillion, E., Kavirajan, H. & Depp, C.A. (2011). Psychological protective factors across lifespan: Implications for psychiatry. *Psychiatric Clinics of North America*, 34. 231-248.
- Veenhoven, R. (1988). The utility of happiness. *Social Indicators Research*, 20(4), 333-354.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063 – 1070.