

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa lanjut usia merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan kerapuhan fisik dan meningkatnya kerentanan terhadap berbagai gangguan kesehatan. Tidak jarang, kelompok usia ini dianggap sebagai golongan yang membutuhkan perhatian khusus dalam menjalani aktivitas sehari-hari, terlebih ketika mereka sedang sakit. Papalia dan Feldman (2014) mengelompokkan Usia Lanjut ke dalam tiga kategori: Usia Lanjut muda, yaitu individu berusia 65–74 tahun yang umumnya masih sehat, aktif, dan mandiri; Usia Lanjut madya, berusia 75–84 tahun yang mulai mengalami penurunan fungsi tubuh; serta Usia Lanjut tertua, yakni mereka yang berusia 85 tahun ke atas, yang lebih rentan terhadap kelemahan fisik dan kesulitan dalam menjalani rutinitas harian secara mandiri.

Secara sederhana, Snyder dan rekan-rekannya (2011) menyatakan bahwa kebahagiaan yang dipadukan dengan makna hidup mampu melahirkan kesejahteraan sejati. Konsep *psychological well-being* berkaitan erat dengan bagaimana seseorang dapat menjalani hidup secara optimal dari sisi psikologis. Kesejahteraan psikologis ini mencerminkan tingkat tertinggi dari kemampuan individu dalam menjalankan peran hidupnya sebagai manusia, serta menunjukkan bagaimana ia merancang tujuan hidup dan berjuang untuk mencapainya dengan penuh kesadaran dan semangat (Snyder et al., 2011).

Menurut Liwarti (2013), seseorang yang memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi cenderung mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, bahkan menciptakan suasana yang selaras dengan kebutuhan dan kepribadiannya. Individu seperti ini akan lebih siap dalam menghadapi berbagai situasi eksternal yang datang tanpa diduga. Dalam perjalanannya, ia mampu menerima diri secara utuh—termasuk kelebihan dan kekurangannya—menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, serta memiliki kontrol atas arah dan pilihan perilakunya sendiri.

Dalam laporan Perserikatan Bangsa-Bangsa berjudul *The Sex and Age Distribution of Population: The 1990 Revision Population Studies* (United Nations, 1991), disebutkan bahwa populasi Usia Lanjut berusia 65 tahun ke atas di kawasan Asia Tenggara terus mengalami peningkatan. Diperkirakan pada tahun 2025, jumlah Usia Lanjut akan mencapai 7,2% dari total penduduk, atau sekitar 59,316 juta jiwa. Di Indonesia sendiri, Usia Lanjut usia 65 tahun ke atas tercatat sebanyak 7,6% atau sekitar 15,88 juta jiwa pada tahun 2000, dan angka ini diproyeksikan terus bertambah dari tahun ke tahun (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999). Fakta ini menunjukkan bahwa pertumbuhan jumlah Usia Lanjut di Indonesia mengalami tren yang signifikan seiring berjalannya waktu. Seiring pertambahan usia, individu yang memasuki usia 60 tahun ke atas akan menghadapi berbagai perubahan, khususnya dalam aspek fisik. Berk (2012) menjelaskan bahwa penurunan kondisi fisik menjadi semakin nyata di masa dewasa akhir, meskipun struktur tubuh manusia masih bisa bertahan hingga usia 80-an, asalkan dijaga dan dirawat dengan baik.

Lanjut usia merupakan fase alami dalam kehidupan yang ditandai oleh bertambahnya umur seseorang, disertai dengan penurunan fungsi tubuh secara bertahap. Hurlock (2002) menyebutkan bahwa pada tahap ini terjadi penurunan kekuatan otot, melambatnya denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh, serta berkurangnya fungsi otak menandakan bahwa tubuh tidak lagi berada dalam fase pertumbuhan. Sementara itu, Martono dan Pranaka (dalam Redjeki & Herniwaty, 2019) memaknai Usia Lanjut sebagai suatu proses perlahan dalam melepas kemampuan diri untuk mempertahankan fungsi tubuh secara optimal. Seiring waktu, kemampuan tubuh untuk melawan infeksi maupun memperbaiki jaringan yang rusak juga akan melemah, menjadikan Usia Lanjut lebih rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan.

Tamher (dalam Astutik et al., 2019) mengungkapkan bahwa masa lanjut usia merupakan periode kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan kognitif maupun fisik, yang biasanya diawali oleh sejumlah perubahan signifikan dalam kehidupan seseorang. Menurut Padila (dalam Septianingsih et al., 2019), individu dikategorikan sebagai Usia Lanjut ketika telah memasuki usia 60 tahun ke atas, baik laki-laki maupun perempuan. Santrock (2002) menyebut masa ini sebagai

tahap dewasa akhir, yang dimulai sejak usia 60-an hingga mencapai sekitar 120 tahun, menjadikannya sebagai periode perkembangan manusia terpanjang, yakni antara lima hingga enam dekade. Sementara itu, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan usia 65 tahun sebagai titik awal proses penuaan yang terlihat secara nyata, dan pada usia tersebut seseorang secara resmi digolongkan sebagai Usia Lanjut. Dalam tahap ini, para Usia Lanjut sering kali menghadapi beragam persoalan kesehatan yang menuntut penanganan secara cepat, terpadu, dan menyeluruh..

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) membagi kelompok Usia Lanjut ke dalam empat kategori berdasarkan usia, yaitu usia pertengahan (45–59 tahun), Usia Lanjut awal (60–74 tahun), Usia Lanjut tua (75–90 tahun), dan usia sangat tua bagi mereka yang berusia di atas 90 tahun. Sementara itu, berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, Bab I Pasal 1 Ayat 2, Usia Lanjut didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menjadi tua adalah proses alami yang akan dialami oleh setiap orang. Fase ini merupakan bagian akhir dari perjalanan hidup manusia, di mana mulai terjadi penurunan dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Bagi banyak orang, masa ini sering kali dirasakan sebagai periode yang penuh tantangan dan tidak selalu menyenangkan, terutama ketika kemampuan menjalani aktivitas harian mulai berkurang secara signifikan

Pada masa lanjut usia, peran keluarga menjadi sangat krusial. Di fase dewasa akhir, tidak sedikit Usia Lanjut yang merasa kecewa atau mengalami stres karena sulit beradaptasi dengan berbagai perubahan yang menyertai proses penuaan. Masa pensiun yang menandai berakhirnya peran aktif di dunia kerja, menurunnya kemampuan fisik dalam menjalankan aktivitas, serta munculnya berbagai keluhan kesehatan sering kali menimbulkan tekanan emosional. Selain itu, perubahan penampilan fisik seperti kulit yang mulai keriput kerap memengaruhi rasa percaya diri—baik pada perempuan yang merasa kecantikannya memudar, maupun pada laki-laki yang merasa kehilangan daya tarik visual. Dalam situasi seperti ini, dukungan emosional dan kehadiran keluarga menjadi fondasi penting agar Usia

Lanjut tetap merasa dihargai, dicintai, dan tidak merasa sendiri dalam menjalani masa tuanya.

Hurlock (2002) menjelaskan bahwa terdapat sejumlah tugas perkembangan yang perlu dihadapi individu pada masa lanjut usia. Di antaranya adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan menurunnya kondisi fisik dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan masa pensiun serta berkurangnya pendapatan keluarga, menerima kenyataan kehilangan pasangan hidup, dan membangun relasi baru dengan orang-orang sebaya. Sementara itu, Havighurst dan Duvall (dalam Hardhywinoto & Setiabudi, 1999) juga menguraikan tujuh tugas perkembangan yang perlu dijalani oleh Usia Lanjut. Beberapa di antaranya meliputi penyesuaian terhadap penurunan kemampuan fisik maupun psikis, menghadapi masa pensiun serta penurunan penghasilan, menemukan kembali makna hidup, dan mempertahankan gaya hidup yang memberi kepuasan. Seluruh tugas ini menjadi bagian penting dalam menjaga kualitas hidup Usia Lanjut agar tetap bermakna dan seimbang.

Berdasarkan berbagai pemaparan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan pada masa lanjut usia mencakup kemampuan untuk beradaptasi dengan penurunan kondisi fisik dan kesehatan, serta menerima masa pensiun beserta dampaknya terhadap penghasilan keluarga. Usia Lanjut juga perlu menghadapi kenyataan kehilangan pasangan hidup, membangun relasi yang hangat dengan sesama seusia, dan menciptakan pola hidup yang nyaman secara fisik. Selain itu, fleksibilitas dalam menjalankan peran sosial juga menjadi hal penting, disertai upaya menemukan makna serta kepuasan dalam kehidupan keluarga yang dijalani.

Masa lanjut usia merupakan periode kehidupan yang sangat rentan terhadap berbagai persoalan, baik fisik, psikologis, mental, maupun spiritual. Patmonodewo (2001) menyebutkan bahwa salah satu tantangan utama yang dihadapi Usia Lanjut adalah terkait kesehatan serta perlunya pemberdayaan pola hidup sehat. Seiring bertambahnya usia, tubuh menjadi lebih mudah terserang penyakit karena penurunan fungsi organ-organ vital. Dibandingkan kelompok usia lainnya, Usia Lanjut cenderung mengalami gangguan kesehatan yang saling berkaitan, bersifat

kronis, dan kerap menimbulkan komplikasi. Jenis penyakit yang muncul pun sering kali bersifat degeneratif, berisiko menyebabkan kecacatan, dan bahkan dapat berujung pada kematian jika tidak ditangani secara tepat. Beberapa penyakit pada Usia Lanjut bisa muncul secara mendadak (akut), namun tak jarang juga berkembang secara perlahan akibat pengaruh jangka panjang, seperti efek samping obat-obatan, gangguan psikologis, maupun persoalan kesehatan mental dan spiritual. Kondisi psikologis merupakan bagian esensial dari kehidupan batin seseorang, termasuk bagi mereka yang memasuki usia lanjut. Keseimbangan emosi sangat berperan dalam menjaga kesehatan mental Usia Lanjut. Ketika aspek emosional terganggu misalnya akibat kecemasan yang terus-menerus atau stres berat hal ini dapat berdampak negatif pada kondisi fisik. Sebaliknya, masalah kesehatan fisik juga bisa memicu ketidakstabilan emosi. Pada Usia Lanjut, masalah psikologis sering kali muncul ketika mereka kesulitan menghadapi tantangan hidup yang timbul akibat proses penuaan dan tidak mampu menemukan solusi yang memadai. Perasaan terpinggirkan, merasa tidak lagi dibutuhkan, serta ketidakmampuan menerima kenyataan baru seperti penyakit yang tak kunjung sembuh atau kehilangan pasangan merupakan sebagian dari beban emosional yang kerap dirasakan oleh Usia Lanjut. Kondisi seperti depresi, post power syndrome, dan the empty nest syndrome semakin memperberat perjalanan hidup mereka. Usia Lanjut sering kali dianjurkan untuk menyikapi berbagai masalah dengan lebih ringan, agar tidak merasa tertekan dan tetap bisa menyesuaikan diri tanpa harus mengubah arah hidup yang telah lama mereka jalani. Meskipun berbagai tantangan itu nyata dan berat, kenyataannya banyak Usia Lanjut tetap mampu merasakan kesejahteraan batin (*well-being*), salah satunya berkat dukungan dari aspek spiritual dan religiusitas yang memberi makna serta kekuatan dalam menghadapi masa tua.

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis menggambarkan sejauh mana seseorang merasakan kebahagiaan, ketenangan batin, kenyamanan, serta mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain dan menyelesaikan berbagai persoalan hidup dengan cara yang sehat dan konstruktif. Rogers (dalam Feist & Feist, 2010) menilai *psychological well-being* dari beberapa indikator penting, seperti sejauh mana individu memiliki tujuan hidup yang jelas, kesadaran

terhadap potensi diri, kualitas interaksi sosial yang dibangun, serta tingkat tanggung jawab yang mereka ambil terhadap kehidupan yang dijalani. Konsep *positive psychological functioning* dapat dirangkum dalam kerangka *psychological well-being* yang bersifat multidimensional dan mencakup enam aspek utama. Setiap dimensi mencerminkan tantangan unik yang harus dihadapi individu dalam upayanya untuk mencapai fungsi psikologis yang optimal dan bermakna. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis akan merasakan ketenangan, kenyamanan, dan kebahagiaan dalam menjalani berbagai aktivitas hidup. Enam dimensi utama dari *psychological well-being* mencakup kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang positif, penerimaan diri secara utuh, kemampuan mengendalikan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, kemandirian dalam pengambilan keputusan, kejelasan tujuan hidup, serta perasaan bahwa dirinya terus bertumbuh dan berkembang dari waktu ke waktu.

Huppert (2009) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi di mana hidup terasa berjalan dengan baik. Kondisi ini mencerminkan perpaduan antara perasaan positif dan kemampuan individu untuk berfungsi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Meski begitu, bukan berarti seseorang harus selalu merasa bahagia emosi negatif seperti kecewa, gagal, atau sedih adalah hal yang wajar dalam hidup. Yang terpenting adalah bagaimana individu mampu mengelola emosi-emosi tersebut agar tidak mengganggu kesejahteraan dirinya. Seseorang dengan tingkat *psychological well-being* yang tinggi umumnya merasa puas, bahagia, dan merasa hidupnya bermakna. Selaras dengan itu, Hurlock (2004) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan bentuk nyata dari kesejahteraan psikologis yakni kondisi batin yang puas, yang muncul ketika harapan dan kebutuhan individu terpenuhi.

Tingkat kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh setiap individu tentu berbeda-beda, terlebih pada kelompok Usia Lanjut. Bagaimana seorang Usia Lanjut merasakan *psychological well-being* sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang membentuk pengalaman hidup mereka di masa tua. Berk (2012) mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis pada Usia Lanjut dipengaruhi oleh beberapa aspek penting, antara lain spiritualitas dan religiusitas, kondisi kesehatan fisik,

pengalaman hidup yang bersifat negatif, serta dukungan sosial yang mereka terima dari lingkungan sekitar. Faktor-faktor ini secara langsung maupun tidak langsung membentuk kualitas hidup Usia Lanjut dalam menjalani masa lanjut usia dengan damai dan bermakna.

Faktor pertama yang memengaruhi kesejahteraan psikologis Usia Lanjut adalah kondisi kesehatan fisik. Berk (2012) menyatakan bahwa kesehatan fisik merupakan indikator yang sangat berpengaruh terhadap *psychological well-being*. Penurunan fungsi tubuh serta adanya penyakit kronis sering kali menimbulkan perasaan kehilangan kontrol atas diri sendiri, yang kemudian berdampak pada kesehatan mental secara keseluruhan. Ketika Usia Lanjut mengalami gangguan fisik, terlebih jika disertai kecacatan, hal ini dapat menimbulkan rasa putus asa yang mendalam. Dalam jangka panjang, perasaan tersebut bisa memicu isolasi sosial, karena Usia Lanjut cenderung menarik diri dari lingkungan sekitarnya akibat kondisi fisiknya yang memburuk.

Berbeda dari faktor lainnya, perubahan negatif dalam hidup kerap kali menjadi faktor yang kurang tampak secara kasatmata pada Usia Lanjut. Berk (2012) menjelaskan bahwa individu di usia lanjut berisiko mengalami berbagai perubahan hidup yang menekan, seperti kehilangan orang yang dicintai, mengalami sakit atau kecacatan fisik, penurunan pendapatan, serta meningkatnya ketergantungan pada orang lain. Meskipun banyak Usia Lanjut yang telah belajar untuk menghadapi situasi sulit ini dan menerima perubahan tersebut sebagai bagian alami dari kehidupan di masa tua, kenyataannya tidak semua Usia Lanjut mampu bersikap demikian. Sebagian di antaranya justru merasa terpuruk, murung, dan sulit menerima kenyataan bahwa mereka tak lagi sekuat dulu—baik secara fisik, mental, maupun sosial. Kraaij dan kolega (dalam Berk, 2012) menambahkan bahwa jika berbagai perubahan negatif tersebut terus menumpuk, maka kondisi ini akan menjadi ujian besar bagi kemampuan Usia Lanjut dalam mengelola dan mengatasi tekanan hidup.

Selain itu, faktor penting lainnya yang memengaruhi kesejahteraan psikologis Usia Lanjut adalah dukungan sosial. Dukungan ini tidak hanya berasal dari lingkungan luar, tetapi juga dari orang-orang terdekat seperti pasangan hidup, anak-

anak, keluarga inti, dan saudara kandung. Berk (2012) menekankan bahwa pada tahap dewasa akhir, dukungan sosial mampu meredakan stres, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis Usia Lanjut.

Faktor yang juga tak kalah penting adalah religiusitas dan spiritualitas. Menurut Perk dan Erickson (dalam Berk, 2012), salah satu cara Usia Lanjut menghadapi kemunduran fisik, kehilangan, dan menghadapi kematian dengan tenang adalah melalui kedewasaan spiritual yang lebih mendalam. Keterlibatan dalam aktivitas keagamaan telah terbukti memberikan berbagai manfaat, seperti meningkatnya kualitas kesehatan fisik dan psikologis, waktu yang lebih banyak digunakan untuk berolahraga dan bersantai, serta tumbuhnya perasaan kedekatan dengan keluarga dan teman. Selain itu, Usia Lanjut yang aktif secara spiritual juga cenderung menunjukkan sikap generatif, yaitu kepedulian dan perhatian yang lebih besar terhadap kesejahteraan orang lain.

Salah satu faktor yang turut memengaruhi *psychological well-being* adalah religiusitas (Purnomosidi, 2022). Religiusitas mencerminkan aspek kehidupan seseorang yang berkaitan dengan keyakinan, praktik ibadah, serta keterlibatan individu dalam ajaran agama yang dianutnya. Pengaruh religiusitas terhadap individu sangat beragam; misalnya, religiusitas dapat berfungsi sebagai sumber kekuatan saat menghadapi stres, serta menjadi pedoman moral yang membimbing seseorang dalam bersikap dan berperilaku secara etis dalam kehidupan sehari-hari. Religiusitas adalah pengalaman yang bersifat personal dan unik bagi setiap individu. Tingkat religiusitas serta cara seseorang mengekspresikannya dapat sangat bervariasi. Secara umum, religiusitas mencerminkan sejauh mana seseorang terlibat dalam kehidupan beragama—baik melalui keyakinan yang dianut maupun pengalaman spiritual yang dirasakannya. Perbedaan ini terlihat nyata, misalnya pada individu yang menunjukkan tingkat religiusitas tinggi melalui keterlibatan aktif dalam praktik keagamaan serta keyakinan mendalam terhadap ajaran agamanya. Variasi tersebut menunjukkan bahwa religiusitas tidak dapat disamaratakan, karena setiap orang memiliki cara dan intensitas yang berbeda dalam menjalani kehidupan beragamanya. Di sisi lain, ada pula individu yang

menunjukkan tingkat religiusitas yang rendah, baik dalam keyakinan maupun praktik keagamaannya. Meski begitu, religiusitas tetap memiliki peran penting dalam membentuk nilai-nilai budaya, etika, serta norma sosial yang berlaku di tengah masyarakat. Aktivitas keagamaan tidak selalu terbatas pada ritual ibadah formal, namun juga bisa diwujudkan melalui tindakan lain, baik yang tampak secara langsung maupun yang tidak terlihat secara kasat mata. Dalam religiusitas, terdapat seperangkat aturan dan kewajiban yang perlu dipatuhi serta dijalankan oleh pemeluknya. Ekspresi religiusitas ini pun dapat terwujud dalam bentuk partisipasi individu dalam komunitas keagamaan maupun organisasi sosial yang berbasis nilai spiritual. Menurut Bastaman (2000), individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung lebih mampu memandang setiap peristiwa dalam hidupnya secara positif. Kemampuan ini menjadikan hidup terasa lebih bermakna dan melindungi individu dari tekanan psikologis seperti stres atau depresi. Sementara itu, Suprayitno (2020) menyebut bahwa seseorang yang memiliki religiusitas yang kuat dapat dikenali melalui sikap tekun dalam beribadah, akhlak yang terpuji, serta budi pekerti luhur yang mencerminkan keimanan dalam kehidupan sehari-hari. Selaras dengan hal tersebut, Piedmont (dalam Ahmad, 2022) menegaskan bahwa religiusitas memiliki keterkaitan yang erat dengan pengalaman spiritual individu sebagai makhluk transenden, yang dapat terwujud melalui partisipasi dalam komunitas keagamaan maupun organisasi sosial yang berlandaskan nilai-nilai spiritual.

Menurut Suroso (2011), religiusitas tidak hanya terbatas pada aktivitas ibadah formal, tetapi juga mencakup tindakan atau perilaku yang digerakkan oleh keyakinan terhadap kekuatan supranatural. Krauss (dalam Suryadi, 2021) menyatakan bahwa religiusitas mencerminkan tingkat kesadaran seseorang terhadap Tuhannya, yang terlihat melalui pemahaman tauhid dan perilaku yang sejalan dengan kesadaran tersebut. Hernandez (dalam Suryadi, 2021) menambahkan bahwa religiusitas mencakup kepercayaan serta praktik yang berkaitan dengan agama yang dianut oleh individu. Asosiasi Psikologi Internasional mengartikan agama sebagai kualitas pengalaman spiritual dalam diri seseorang, yang ditunjukkan melalui komitmen terhadap ajaran agama yang diyakininya, serta

tercermin dalam sikap dan perilaku yang konsisten. Dalam hal ini, religiusitas mengarah pada kedalaman pengalaman spiritual, yang bersumber dari penghayatan batin yang mendalam terhadap nilai-nilai keagamaan (Suryadi, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai keagamaan memberikan pengaruh yang kuat dan mendalam terhadap kesehatan manusia, baik dari aspek fisik, emosional, spiritual, maupun sosial. Salah satunya, penelitian yang dilakukan oleh Koenig (dalam Ahmad, 2020) mengungkapkan adanya keterkaitan yang signifikan antara keyakinan religius dan kualitas kesehatan tubuh, pikiran, serta jiwa. Individu yang secara aktif terlibat dalam aktivitas keagamaan dan memiliki keyakinan spiritual yang kuat cenderung memiliki kondisi mental dan fisik yang lebih stabil. Hal ini membuat mereka lebih tahan terhadap stres dan cenderung jarang memerlukan perawatan medis.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), diketahui bahwa dari empat kabupaten yang berada di Pulau Madura, Kabupaten Bangkalan menempati urutan kedua terbanyak sebagai wilayah dengan populasi Usia Lanjut. Data terbaru menunjukkan bahwa pada tahun 2020, persentase penduduk lanjut usia di Bangkalan mencapai 12,83%. Fakta ini menunjukkan bahwa isu terkait kesejahteraan Usia Lanjut, termasuk aspek psikologis dan spiritual, menjadi penting untuk dikaji lebih dalam di wilayah tersebut. Selain karena jumlah populasi Usia Lanjut yang cukup tinggi, pemilihan lokasi penelitian di Kabupaten Bangkalan juga didasarkan pada pertimbangan akademik, yaitu karena peneliti saat ini sedang menempuh pendidikan jenjang sarjana di salah satu perguruan tinggi yang berada di Bangkalan tepatnya Universitas Trunojoyo Madura. Dengan demikian, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam lingkup sosial dan ilmiah di daerah tempat peneliti menjalani proses pendidikan, serta menjadi masukan yang bermanfaat bagi masyarakat dan lembaga yang peduli terhadap kesejahteraan Usia Lanjut. Adapun dalam konteks penelitian ini, religiusitas dipahami sebagai suatu bentuk keberagamaan yang tidak semata-mata terbatas pada pelaksanaan ritual ibadah, tetapi juga mencakup tindakan dan perilaku yang digerakkan oleh keyakinan terhadap kekuatan ilahi. Religiusitas mencerminkan ketaatan seseorang dalam menjalankan perintah agama serta

menjauhi larangannya, dan menjadi indikator penting dari keyakinan keagamaan yang dimiliki oleh individu, termasuk dalam upaya menjaga kesejahteraan psikologis Usia Lanjut di masa dewasa akhir.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis pada Usia Lanjut sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka memaknai nilai-nilai religiusitas, menjalani kehidupan sehari-hari, membangun relasi dengan orang lain, serta sejauh mana mereka dapat menerima berbagai perubahan yang terjadi di masa lanjut usia. Pemaknaan yang positif terhadap kondisi tersebut akan membantu Usia Lanjut mencapai ketenangan batin dan kehidupan yang lebih sejahtera. Berdasarkan latar belakang dan berbagai permasalahan yang telah diuraikan, peneliti pun tertarik untuk mengangkatnya dalam sebuah penelitian yang berjudul “*Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological well-being pada Usia Lanjut*”.

1.2. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Bagaimana pengaruh Religiusitas terhadap *Psychological well-being* pada Usia Lanjut?”

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui Pengaruh religiusitas terhadap *Psychological well-being* pada Usia Lanjut.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat sebagai tambahan keilmuan dalam bidang Psikologi Perkembangan, Psikologi Keluarga, dan Psikologi Sosial, khususnya dalam memahami peran religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis Usia Lanjut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur akademik dan menjadi dasar kajian teoritis bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan, serta membantu mahasiswa dalam menerapkan teori-teori psikologi dari bangku kuliah ke dalam konteks nyata.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Subjek Penelitian (Usia Lanjut):

Penelitian ini diharapkan dapat mendorong para lansia untuk lebih menyadari bahwa keterbatasan yang mereka alami di usia tua tidak selalu menghalangi tercapainya *psychological well-being*. Harapannya, mereka dapat melihat bahwa religiusitas memiliki peran penting sebagai salah satu faktor pendukung dalam menciptakan perasaan tenang, bermakna, dan bahagia di masa tua

2. Anak-anak dan Keluarga:

Penelitian ini diharapkan bisa membantu anak-anak dan keluarga untuk lebih memahami *psychological well-being* usia lanjut, terutama tentang pentingnya peran agama atau spiritualitas dalam hidup mereka. Dengan pemahaman tersebut, diharapkan keluarga bisa menciptakan suasana yang lebih penuh perhatian dan dukungan, serta membangun hubungan yang hangat dan menenangkan secara emosional maupun spiritual Usia Lanjut.

3. Masyarakat:

Penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan masyarakat mengenai pentingnya religiusitas dalam mendukung *psychological well-being* usia lanjut. Harapannya, masyarakat menjadi lebih peduli terhadap aspek spiritual dalam kehidupan lansia dan turut berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sosial yang ramah, menghargai, serta memperkuat peran religiusitas dalam kehidupan sehari-hari para usia lanjut. Seperti mengadakan pengajian bagi para usia lanjut untuk meningkatkan religiusitas.

4. Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau acuan awal untuk penelitian selanjutnya yang mengkaji hubungan antara religiusitas dan aspek psikologis lainnya. Selain itu, penelitian ini dapat membuka peluang eksplorasi lebih lanjut terhadap variabel-variabel lain yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* Usia Lanjut, baik secara kuantitatif maupun kualitatif di berbagai konteks budaya dan sosial.