

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Lansia

1. Definisi Lanjut Usia

Menurut Santrock (2002) lanjut usia disebut sebagai masa dewasa akhir, yang dimulai pada usia 60-an dan diperluas sampai sekitar 120 tahun, memiliki rentang kehidupan yang paling panjang dalam perkembangan manusia lima puluh tahun sampai enam puluh tahun.

Badan kesehatan dunia (WHO) menetapkan 65 tahun sebagai usia yang menunjukkan proses penuaan yang berlangsung secara nyata dan seseorang telah disebut lansia. Lansia banyak menghadapi berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan segera dan terintegrasi. Organisasi kesehatan dunia (WHO) menggolongkan lansia menjadi 4 yaitu : usia pertengahan (middle age) 45-59 tahun, lanjut usia (elderly) 60-74 tahun, lanjut usia tua (old) 75-90 tahun dan usia sangat tua (very old) diatas 90 tahun

Menurut Undang-undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan usia pada Bab I Pasal 1 Ayat 2 yang berbunyi “lanjut usia adalah seorang yang mencakup usia 60 tahun ke atas”. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, yang pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit sampai tidak melakukan tugasnya sehari-hari lagi hingga bagi kebanyakan orang masa tua itu merupakan masa yang kurang menyenangkan.

Berdasarkan uraian dari beberapa pengertian lansia maka dapat diambil kesimpulan bahwa lansia adalah masa dewasa akhir, yang dimulai pada usia 60-an dan diperluas sampai sekitar 120 tahun, memiliki rentang kehidupan yang paling panjang dalam perkembangan manusia lima puluh tahun sampai enam puluh tahun. proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, yang pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial.

2. Tugas Perkembangan Lanjut Usia

Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1999) sebagian tugas perkembangan lanjut usia lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang daripada kehidupan orang lain.

Adapun tugas perkembangan tersebut antara lain:

a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.

Hal ini sering diartikan sebagai perbaikan dan perubahan peran yang pernah dilakukan di dalam maupun di luar rumah. Mereka diharapkan untuk mencari kegiatan sebagai pengganti tugas-tugas terdahulu yang menghabiskan sebagian besar waktu ketika mereka masih muda.

b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga.

Pada usia ini, lanjut usia sudah memasuki masa pensiun dan tidak bekerja lagi, sehingga pemasukan yang ada hanya berasal dari dana pensiun maupun dari pemberian anak-anak mereka.

c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.

Sebagian besar orang lanjut usia perlu mempersiapkan dan menyesuaikan diri dengan peristiwa kematian suami atau istri. Kejadian seperti ini lebih menjadi masalah dengan peristiwa kematian suami atau istri. Dimana kematian suami berarti berkurangnya pendapatan dan timbul bahaya karena hidup sendiri dan melakukan perubahan dalam aturan hidup.

d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang sesuai.

Pada lanjut usia, mereka membangun ikatan dengan anggota dari kelompok usia mereka, untuk menghindari kesepian akibat ditinggalkan anak yang tumbuh besar dan masa pensiun.

e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.

Menyadari bahwa menurunnya kesehatan dan fungsi-fungsi fisik, pada masa lanjut usia mereka berusaha untuk mempertahankan dan mengatur kegiatan sehari-hari yang berhubungan dengan kesehatan, yakni berolahraga maupun mengatur pola makan.

f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara fleksibel.

Pada lanjut usia, individu mengalami perubahan peran. Dimana, para lanjut usia mempunyai pengalaman lebih daripada orang yang lebih muda, sehingga peran lanjut usia biasanya diminta untuk memberi pendapat, masukan ataupun kritikan, dan partisipasi lanjut usia terhadap kehidupan sosial menurun biasanya disebabkan oleh masalah fisik.

3. Minat Lansia Terhadap Keagamaan

Suatu analisis dari studi penelitian yang berhubungan dengan sikap terhadap kegiatan keagamaan dan agama pada usia tua membuktikan bahwa ada fakta-fakta tentang meningkatnya minat terhadap agama sejalan dengan bertambahnya usia dan ada pula fakta-fakta yang menunjukkan menurunnya minat terhadap agama pada usia tersebut. Dalam hal melibatkan diri atau menjauhi bidang keagamaan, pada umumnya orang meneruskan agama atau kepercayaan dan kebiasaan yang dilakukan pada awal kehidupannya. (Hurlock, 1999)

Moberg (dalam Hurlock, 1999) menyatakan bahwa agama hanyalah merupakan salah satu faktor dalam penyesuaian pada masa tua, tetapi merupakan faktor penting. Hubungan antara menghadiri kegiatan keagamaan dan penyesuaian diri pribadi pada usia lanjut mungkin banyak dipengaruhi oleh pengalaman sosial yang ditawarkan tempat-tempat ibadah daripada oleh pengalaman keagamaan itu sendiri. Tempat ibadah menawarkan kesempatan baik untuk meningkatkan kehidupan sosial dan persahabatan. Dengan demikian berarti kepuasan kebutuhan pemilikan dan perasaan sangat bermanfaat, dan hal itu dapat mengurangi perasaan kesepian.

Sebagai tambahan, agama dapat melepaskan kecemasan tentang kematian dan kehidupan setelah mati. Disamping itu juga ada bukti-bukti, seperti yang diungkapkan oleh Covalt bahwa, “kegiatan keagamaan mempunyai kelompok rujukan yang memberi dorongan dan rasa aman kepada mereka, sedang orang yang tidak masuk dalam kelompok agama manapun tampaknya kurang mendapat dorongan sosial semacam itu” (dalam Hurlock, 1999)

4. Beberapa Kondisi Penting Yang Menunjang Kebahagiaan Pada Masa Usia Lanjut.

Tanpa membedakan kelompok sosial, jenis kelamin atau variabel lainnya, kondisi tertentu dapat diperhitungkan sebagai penunjang kebahagiaan dimasa usia lanjut, kondisi tersebut antara lain (dalam Hurlock, 1999):

- a. Sikap yang menyenangkan terhadap usia lanjut berkembang sebagai akibat dari kontak pada usia sebelumnya dengan orang usia lanjut yang menyenangkan.
- b. Kesenangan yang menggembirakan sejak masa anak-anak sampai masa dewasanya.
- c. Bebas untuk mencapai gaya hidup yang diinginkan tanpa ada intervensi dari luar.
- d. Sikap yang realistis terhadap kenyataan dan mau menerima kenyataan tentang perubahan fisik dan psikis sebagai akibat dari usia lanjut yang tidak dapat dihindari.
- e. Menerima kenyataan diri dan kondisi hidup yang ada sekarang, walaupun kondisi tersebut berada dibawah kondisi yang diharapkan.
- f. Mempunyai kesempatan untuk memantapkan kepuasan dan pola hidup yang diterima oleh kelompok sosial dimana ia sebagai anggotanya.
- g. Terus berpartisipasi dengan kegiatan yang berarti dan menarik.
- h. Diterima oleh dan memperoleh respek dari kelompok sosial.
- i. Merasa puas dengan status yang ada sekarang dan prestasi masa lalu.
- j. Puas dengan status perkawinannya dan kehidupan seksualnya.
- k. Kesehatan cukup bagus tanpa mengalami masalah kesehatan yang kronis.
- l. Menikmati kegiatan rekreasional yang direncanakan khusus bagi orang usia lanjut.
- m. Menikmati kegiatan sosial yang dilakukan dengan kerabat, keluarga dan teman teman.
- n. Melakukan kegiatan produktif, baik kegiatan dirumah maupun kegiatan yang sukarela dilakukan. Situasi keuangan yang memadai untuk memenuhi seluruh keinginan dan kebutuhannya.

Berdasarkan uraian diatas mengenai penunjang kebahagiaan lansia maka dapat diambil kesimpulan bahwa Sikap yang menyenangkan terhadap usia lanjut berkembang sebagai akibat dari kontak pada usia sebelumnya dengan orang usia lanjut yang menyenangkan. Kesenangan yang menggembirakan sejak masa anak-anak sampai masa dewasanya. Sikap yang realistis terhadap kenyataan dan mau menerima kenyataan tentang perubahan fisik dan psikis sebagai akibat dari usia lanjut yang tidak dapat dihindari. Melakukan kegiatan produktif, baik kegiatan dirumah maupun kegiatan yang sukarela dilakukan.



B. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Menurut Seligman (2002), kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut. Berdasarkan pengertian Seligman ini, dapat dikatakan bahwa kebahagiaan itu merupakan gejala dari keadaan psikologis seseorang. Dengan demikian konsep kebahagiaan lebih mengarah kepada pendekatan-pendekatan psikologi.

Sumner (dalam Veenhoven, 2006) menggambarkan kebahagiaan sebagai “memiliki sejenis sikap positif terhadap kehidupan, dimana sepenuhnya merupakan bentuk dari kepemilikan komponen kognitif dan afektif. Aspek kognitif dari kebahagiaan terdiri dari suatu evaluasi positif terhadap kehidupan, yang diukur baik melalui standard atau harapan, dari segi afektif kebahagiaan terdiri dari apa yang kita sebut secara umum sebagai suatu rasa kesejahteraan (*sense of well being*), menemukan kekayaan hidup atau menguntungkan atau perasaan puas atau dipenuhi oleh hal-hal tersebut.”

Diener (1985) menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan mempunyai makna yang sama dengan *subjective wellbeing* dimana *subjective wellbeing* terbagi atas dua komponen didalamnya. Kedua komponen tersebut adalah komponen afektif dan komponen kognitif Furnham (2008) juga menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan, *contentment, to do your life satisfaction or equally the absence of psychology distress*. Ditambahkan pula bahwa konsep kebahagiaan adalah merupakan sinonim dari kepuasan hidup atau *satisfaction with life* (Veenhoven, 2000). Diener (2007) juga menyatakan bahwa *satisfaction with life* merupakan bentuk nyata dari *happiness* atau kebahagiaan dimana kebahagiaan tersebut merupakan sesuatu yang lebih dari suatu pencapaian tujuan dikarenakan pada kenyataannya kebahagiaan selalu dihubungkan dengan kesehatan yang lebih baik, kreativitas yang lebih tinggi serta tempat kerja yang lebih baik.

Berdasarkan uraian beberapa tokoh mengenai pengertian kebahagiaan maka dapat diambil kesimpulan bahwa kebahagiaan adalah sesuatu yang membuat pengalaman yang menyenangkan berupa perasaan senang, damai dan termasuk juga didalamnya kesejahteraan, kedamaian pikiran, kepuasan hidup serta tidak adanya perasaan tertekan. Semua kondisi ini adalah merupakan kondisi kebahagiaan yang dirasakan seorang individu.

2. Aspek-Aspek Kebahagiaan

Kebahagiaan mengandung beberapa aspek, dan aspek-aspek ini coba dipaparkan oleh para ahli secara rinci. Mulai dengan Seligman (2002) yang menyatakan bahwa ada lima aspek utama yang dapat menjadi sumber kebahagiaan sejati, yaitu :

a. Terjalannya hubungan positif dengan orang lain.

Hubungan positif (*positive relationship*) bukan sekedar memiliki teman, pasangan, ataupun anak, tetapi dengan menjalin hubungan yang positif dengan individu yang ada di sekitaran.

b. Keterlibatan penuh

Keterlibatan penuh bukan hanya pada karir, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti hobi dan aktivitas bersama keluarga. Dengan melibatkan diri secara penuh, bukan hanya fisik yang beraktivitas, tetapi hati dan pikiran juga turut serta dalam aktivitas tersebut.

c. Penemuan makna dalam keseharian

Dalam keterlibatan penuh dan hubungan positif dengan orang lain tersirat satu cara lain untuk dapat bahagia, yakni menemukan makna dalam kegiatan apapun yang dilakukan.

d. Optimisme yang realistis

Orang yang optimis ditemukan lebih berbahagia. Mereka tidak mudah cemas karena menjalani hidup dengan penuh harapan.

e. Resiliensi

Orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Karena kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami. Melainkan sejauh mana seseorang memiliki resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan sekalipun.

Sedangkan Menurut Anggoro dan Widiarso (2010). Aspek-aspek kebahagiaan, antara lain:

a. Ikatan atau rasa kekeluargaan

Ikatan atau rasa kekeluargaan tercermin dari adanya dukungan materi dan nonmateri dari keluarga ketika menjalankan aktifitas. Rasa kekeluargaan ini juga dikuatkan melalui adanya keharmonisan keluarga maupun saat-saat berkumpulnya keluarga besar.

b. Prestasi atau pencapaian pribadi

Prestasi merupakan pencapaian pribadi yang mencakup prestasi individu dibidang akademis dan non akademis. Pencapaian pribadi juga mencakup terpenuhinya atau sedang dalam proses memenuhi keinginan pribadi secara umum. Seperti cita-cita, kesejahteraan atau kepuasan terhadap kehidupan saat ini.

c. Relasi sosial

Relasi sosial mengacu pada hubungan antara individu dengan orang lain dilingkungan sosialnya. Relasi sosial yang baik juga ditandai dengan individu yang mampu beradaptasi di lingkungan sosial, mampu menjalani aktivitas-aktivitas sosial, mampu menjalani aktivitas-aktivitas sosial kemasyarakatan, mudah bersosialisasi memiliki teman dekat, rasa kebersamaan, dan mendapat dukungan tertentu dari relasi sosialnya.

d. Kebutuhan spiritual

Kebutuhan spiritual mengacu pada proses memenuhinya target individu dalam hal spiritual. Target spiritual mencakup aktivitas-aktivitas yang mencerminkan keyakinan terhadap agama

3. Komponen-Komponen Kebahagiaan

Sementara menurut Diener (1985) bahwa happiness atau kebahagiaan mempunyai makna yang sama dengan *subjective wellbeing* dimana *subjective wellbeing* terbagi atas dua komponen didalamnya. Kedua komponen tersebut adalah:

- a. Komponen afektif yaitu menggambarkan pengalaman emosi dari kesenangan, kegembiraan dan emosi. Ditambahkan lagi oleh Diener (1985) bahwa komponen afektif ini terbagi lagi atas afek positif dan afek negatif.
- b. Komponen kognitif yaitu kepuasan hidup dan dengan domain kehidupan lainnya.

Komponen diatas didukung oleh Suh (dalam Carr, 2004) yang menyatakan bahwa kegembiraan dalam hidup merupakan komponen afektif dan kepuasan hidup merupakan komponen kognitif. Kemudian Suh juga menambahkan bahwa komponen afektif tersebut terbagi menjadi dua komponen yang saling bebas yaitu afek positif dan afek negatif. Selanjutnya evaluasi kognitif yang saling tergantung pada kepuasan dalam variasi domain seperti keluarga atau aturan kerja dan pengalaman-pengalaman kepuasan lainnya.

Argyle dan Crosland (1987) berpendapat bahwa kebahagiaan terdiri dari tiga komponen, yaitu frekuensi dari afek positif atau kegembiraan; level dari kepuasan pada suatu periode; dan kehadiran dari perasaan negatif seperti depresi dan kecemasan.

Aspek-aspek yang telah disebutkan oleh beberapa tokoh diatas sejalan dengan dua komponen kebahagiaan menurut Rakhmat (2004) dimana komponen kebahagiaan pertama adalah perasaan menyenangkan. Bahagia adalah emosi positif, dan sedih adalah emosi

negatif. Sedangkan komponen kebahagiaan yang kedua adalah penilaian seseorang tentang hidupnya. Perasaan kita sebut sebagai unsur afektif dan penilaian unsur kognitif.

4. Faktor – Faktor yang Berkontribusi Terhadap Kebahagiaan.

A. Faktor External

Seligman (2002) memberikan delapan faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang, namun tidak semuanya memiliki pengaruh yang besar. Selain itu, Carr (2004) juga mengemukakan beberapa hal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan. Berikut ini adalah penjabaran dari faktor-faktor eksternal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan seseorang menurut Seligman (2002) yang didukung oleh Carr (2004):

1. Uang

Keadaan keuangan yang dimiliki seseorang pada saat tertentu menentukan kebahagiaan yang dirasakannya akibat peningkatan kekayaan. Individu yang menempatkan uang di atas tujuan yang lainnya juga akan cenderung menjadi kurang puas dengan pemasukan dan kehidupannya secara keseluruhan (Seligman, 2002).

2. Pernikahan

Pernikahan memiliki dampak yang jauh lebih besar dibanding uang dalam mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Individu yang menikah cenderung lebih bahagia daripada mereka yang tidak menikah (Seligman, 2002). Lebih bahagianya individu yang telah menikah bisa karena pernikahan menyediakan keintiman psikologis dan fisik, konteks untuk memiliki anak, membangun rumah tangga, dan mengafirmasi identitas serta peran sosial sebagai pasangan dan orangtua (Carr, 2004).

3. Kehidupan Sosial

Individu yang memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi umumnya memiliki kehidupan sosial yang memuaskan dan menghabiskan banyak waktu bersosialisasi.

Pertemanan yang terjalin juga sebaiknya terbuka antar satu sama lain sehingga berkontribusi terhadap kebahagiaan, karena pertemanan tersedia dukungan sosial dan terpenuhinya kebutuhan akan afiliasi (Carr, 2004). Mempertahankan beberapa hubungan dekat dipercaya telah ditemukan berkorelasi dengan kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif (Argyle dalam Carr, 2004).

4. Kesehatan

Kesehatan yang dapat berpengaruh terhadap kebahagiaan adalah kesehatan yang dipersepsikan oleh individu (kesehatan subjektif), bukan kesehatan yang sebenarnya dimiliki (kesehatan obyektif) (Seligman, 2002; Carr, 2004)

5. Agama atau Religiusitas

Penelitian menunjukkan bahwa individu yang religius lebih bahagia dan lebih puas dengan kehidupannya dibandingkan individu yang tidak religius. Hal ini disebabkan oleh tiga hal. Pertama, efek psikologis yang ditimbulkan oleh religiusitas cenderung positif, mereka yang religius memiliki tingkat penyalahgunaan obat-obatan, kejahatan, perceraian dan bunuh diri yang rendah. Kedua, adanya keuntungan emosional dari agama berupa dukungan sosial dari mereka yang bersama-sama membentuk kelompok agama yang simpatik. Ketiga, agama sering dihubungkan dengan karakteristik gaya hidup sehat secara fisik dan psikologis dalam kesetiaan perkawinan, perilaku prososial, makan dan minum secara teratur, dan komitmen untuk bekerja keras (dalam Carr, 2004)

6. Emosi Positif

Melalui penelitian yang dilakukan oleh Norman Bradburn (dalam Seligman, 2002) diketahui bahwa individu yang mengalami banyak emosi negatif akan mengalami sedikit emosi positif, dan sebaliknya Lafreniere (1999) menyatakan bahwa emosi positif merupakan emosi yang dikehendaki seseorang, seperti :

a. Gembira

Kegembiraan, keriang dan kesenangan timbul akibat rangsangan seperti keadaan fisik yang sehat atau keberhasilan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Ada berbagai macam ekspresi kegembiraan, dari yang tenang sampai meluap-luap. Seiring dengan bertambahnya usia, lingkungan sosial akan memaksa individu untuk mampu mengendalikan ekspresi kegembiraannya agar dapat dikatakan dewasa atau matang (Lazarus dalam Lafreniere, 1999).

b. Rasa ingin tahu

Rangsangan yang menimbulkan emosi ingin tahu sangat banyak. Contohnya sesuatu hal yang aneh dan baru akan menyebabkan seseorang berusaha mencari tahu hal tersebut (Izard dalam Lafreniere, 1999).

c. Cinta

Perasaan yang melibatkan rasa kasih sayang baik terhadap benda maupun manusia (Lazarus dalam Lafreniere, 1999).

d. Bangga

Satu perasaan yang dapat meningkatkan identitas ego seseorang misalnya dengan cara berhasil mencapai sesuatu yang bernilai atau dapat mewujudkan keinginan, seperti meraih prestasi (Lewis dalam Lafreniere, 1999).

7. Usia

Sebuah studi mengenai kebahagiaan terhadap 60.000 orang dewasa di 40 negara membagi kebahagiaan ke dalam tiga komponen, yaitu kepuasan hidup, afek menyenangkan, dan afek tidak menyenangkan. Kepuasan hidup yang meningkat perlahan seiring dengan usia, afek menyenangkan menurun sedikit, dan afek tidak menyenangkan tidak berubah (Seligman, 2002).

8. Pendidikan, Iklim, Ras dan Jender

Keempat hal ini memiliki pengaruh yang tidak cukup besar terhadap tingkat kebahagiaan seseorang. Pendidikan dapat sedikit meningkatkan kebahagiaan pada mereka yang berpenghasilan rendah karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik. Iklim di daerah dimana seseorang tinggal dan ras juga tidak memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan. Sedangkan jender, antara pria dan wanita tidak terdapat perbedaan pada keadaan emosinya, namun ini karena wanita cenderung lebih bahagia sekaligus lebih sedih dibandingkan pria (Seligman, 2002)

9. Produktivitas Pekerjaan.

Carr (2004) menyatakan bahwa individu yang bekerja cenderung lebih bahagia daripada yang menganggur, terutama jika tujuan yang dicapai merupakan tujuan yang memiliki nilai tinggi bagi individu. Hal ini disebabkan oleh adanya stimulasi menyenangkan, terpuasnya rasa keingintahuan dan pengembangan keterampilan, dukungan sosial, serta identitas diri yang didapat dari pekerjaan (Carr, 2004).

B. Faktor Internal

Menurut Seligman (2002), terdapat tiga faktor internal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan, yaitu kepuasan terhadap masa lalu, optimisme terhadap masa depan, dan kebahagiaan pada masa sekarang. Ketiga hal tersebut tidak selalu dirasakan secara bersamaan, seseorang bisa saja bangga dan puas dengan masa lalunya namun merasa getir dan pesimis terhadap masa sekarang dan yang akan datang.

1. Kepuasan Terhadap Masa Lalu

Kepuasan terhadap masa lalu dapat dicapai melalui tiga cara:

- a. Melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan seseorang.
- b. *Gratitude* (bersyukur) terhadap hal-hal baik dalam hidup akan meningkatkan kenangan-kenangan positif.

c. *Forgiving dan forgetting* (memaafkan dan melupakan)

Perasaan seseorang terhadap masa lalu tergantung sepenuhnya pada ingatan yang dimilikinya. Salah satu cara untuk menghilangkan emosi negatif mengenai masa lalu adalah dengan memaafkan. Defenisi memaafkan menurut Affinito (dalam Seligman, 2002) adalah memutuskan untuk tidak menghukum pihak yang menurut seseorang telah berlaku tidak adil padanya, bertindak sesuai dengan keputusan tersebut dan mengalami kelegaan emosi setelahnya. Memaafkan dapat menurunkan stress dan meningkatkan kemungkinan terciptanya kepuasan hidup.

2. Optimisme Terhadap Masa Depan

Optimisme didefinisikan sebagai ekspektasi secara umum bahwa akan terjadi lebih banyak hal baik dibandingkan hal buruk di masa yang akan datang (Carr, 2004).

3. Kebahagiaan Masa Sekarang

Kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yaitu:

- a. *Pleasure* yaitu kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran. *Pleasure* terbagi menjadi dua, yaitu *bodily pleasures* yang didapat melalui indera dan sensori, dan *higher pleasures* yang didapat melalui aktivitas yang lebih kompleks. Ada tiga hal yang dapat meningkatkan kebahagiaan sementara, yaitu menghindari habituasi dengan cara memberi selang waktu cukup panjang antar kejadian menyenangkan; *savoring* (menikmati) yaitu menyadari dan dengan sengaja memperhatikan sebuah kenikmatan; serta *mindfulness* (kecermatan) yaitu mencermati dan menjalani segala pengalaman dengan tidak terburu-buru dan melalui perspektif yang berbeda.
- b. *Gratification* yaitu kegiatan yang sangat disukai oleh seseorang namun tidak selalu melibatkan perasaan tertentu, dan durasinya lebih lama dibandingkan *pleasure*, kegiatan yang memunculkan gratifikasi umumnya memiliki komponen seperti

menantang, membutuhkan keterampilan dan konsentrasi, bertujuan, ada umpan balik langsung, pelaku tenggelam di dalamnya, ada pengendalian, kesadaran diri pupus, dan waktu seolah berhenti.

4. Pengukuran Kebahagiaan

Beragam teknik telah dikembangkan untuk mengukur kebahagiaan, antara lain dengan pertanyaan seperti “seberapa bahagiakah kamu sekarang?” atau “seberapa puaskah kamu dengan hidupmu?”. Biasanya responden akan memberikan kemungkinan jawaban dengan pilihan yang beragam pula (Carr, 2004). Fordyce (1988) mengembangkan dua aitem untuk mengukur kebahagiaan. Yang pertama, umumnya bagaimana kebahagiaan dan ketidakbahagiaan yang dirasakan, yang kedua, rata-rata seberapa sering seseorang merasakan kebahagiaan. Banyak skala kebahagiaan yang mempunyai realibilitas dan validitas yang baik. Salah satunya adalah 5 aitem *satisfaction with life scale* yang dikemukakan oleh Diener et al (1985). Untuk mengukur kebahagiaan pada lansia ini digunakan *satisfaction with life scale*. Alat ini telah memiliki realibilitas dan validitas yang baik (Diener, dalam Carr, 2004). *Satisfaction with life scale* merupakan skala hasil penelitian yang dilakukan oleh Diener pada tahun 1985 kepada 176 mahasiswa di Universitas Illinois yang menghasilkan mean skor yaitu 23,5 dengan standard deviasi 6,43 serta koefisien alpha sebesar 0,87. Masing-masing skor yaitu dari 1 sampai tujuh sehingga menghasilkan nilai 5 untuk katagori *low satisfaction* dan nilai 35 untuk katagori *high satisfaction*.

Diener (1985) menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan mempunyai makna yang sama dengan *subjective wellbeing* dimana *subjective wellbeing* terbagi atas dua komponen didalamnya. Kedua komponen tersebut adalah:

- a. Komponen afektif yaitu menggambarkan pengalaman emosi dari kesenangan, kegembiraan dan emosi. Ditambahkan lagi oleh Diener (1985) bahwa komponen afektif ini terbagi lagi atas afek positif dan afek negatif.
- b. Komponen kognitif yaitu kepuasan hidup dan dengan domain kehidupan lainnya.

Dari hasil penelitian tersebut, setelah dilakukan pengolahan data secara statistik ditemukan bahwa hanya pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan kepuasan hidup yang dipakai sedangkan pernyataan yang berhubungan dengan pernyataan-pernyataan afek positif dan afek negative dieliminasi. Terdapat 10 aitem yang berhubungan dengan *satisfaction with life*, dikarenakan beberapa diantara aitem ini hampir mempunyai makna yang sama sehingga Diener (1985) menghapus lima aitem diantaranya dan selanjutnya memakai lima aitem yang tersisa. Kelima pernyataan aitem tersebut adalah:

- a. *In most ways my life is close to my ideal*
- b. *The conditions of my life are excellent*
- c. *I am satisfied with my life*
- d. *So far I have got the important things I want in life*
- e. *If I could live my life over I would change almost nothing*

C. Religiusitas

1. Pengertian Religiusitas

Menurut Rakhmat (2004), religiusitas dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan yang ada dalam diri individu yang mendorongnya untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. Ini sejalan dengan pernyataan Kibuuka (2005) yang menyatakan bahwa religiusitas merupakan perasaan spiritual yang berkaitan dengan model perilaku sosial dan individual, yang membantu seseorang mengorganisasikan kehidupan sehari-harinya.

Menurut Driyarka (1999), kata "religi" berasal dari bahasa Latin "*religio*" yang akar katanya adalah "*religare*", yang berarti mengikat (Astuti, 1999). Anshari (dalam Diana, 1999) mengatakan bahwa istilah religi (*religion*, bahasa Inggris) dan diin (*al-diin*, bahasa Arab), sering disamaartikan dengan agama. Walaupun secara etimologis diartikan sendiri-sendiri, namun secara terminologis dan teknis istilah di atas berinti makna sama. Dengan demikian dapat juga disamakan pengertian keberagamaan dan pengertian religiusitas (*religiosity*). Agama, dalam pengertian Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi (*ultimate meaning*). Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ancok dan Suroso, agama adalah sebuah sistem yang berdimensi banyak (dalam Ancok & Suroso, 2004).

Gladding, Lewis dan Adkins mengemukakan bahwa religiusitas merupakan tujuan dan intensitas keyakinan religius seseorang, termasuk keyakinan akan adanya Tuhan, hubungan antara keyakinan dan tindakan personal, usaha religius, dan konsistensi antara keyakinan dan tindakan dalam istilah "orang religius" pada umumnya. Individu yang

religiusitasnya tinggi cenderung lebih berorientasi internal, melihat tujuan akhir dari kehidupan mereka (dalam Glover, 1997).

Berdasarkan uraian beberapa tokoh mengenai pengertian religiusitas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa religiusitas adalah sistem yang berdimensi banyak, perasaan spiritual, dan keyakinan religius yang mendorong seseorang untuk bertindak laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama, dimana keterkaitan manusia terhadap Tuhan sebagai sumber ketentraman dan kebahagiaan dan membantunya mengorganisasikan kehidupan sehari-harinya.

2. Aspek-Aspek Religiusitas

Menurut Glock dan Stark (dalam Djamaludin Ancok, 2001) ada empat macam aspek religiusitas yaitu.

a. Aspek Keyakinan

Aspek ini menunjukkan pada seberapa tingkat keyakinan terhadap keberadaan ajaran-ajaran agamanya terutama terhadap ajaran-ajaran yang bersifat fundamental dan dogmatis.

b. Aspek Peribadatan

Aspek ini menunjukkan seberapa tingkat kepatuhan seseorang dalam mengerjakan kegiatan-kegiatan ritual sebagaimana disuruh dan dianjurkan agamanya.

c. Aspek Pengalaman

Aspek ini menuju pada seberapa tingkatan berperilaku dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya, yaitu sebagaimana individu berelasi dengan dunianya, terutama dengan dunialain seperti : menolong, bekerja sama, berderma, memaafkan, berlaku jujur dan sebagainya.

d. Aspek Pengetahuan Agama

Aspek ini menunjukkan pada seberapa besar pengetahuan dan pemahaman seseorang mengenai ajaran-ajaran agamanya.

Sedangkan menurut Hunt dan King (dalam Wicaksono, 2003) mengatakan bahwa aspek-aspek yang terdapat dalam religiusitas sebagai berikut :

a. Personal

Yaitu meyakini secara personal nilai-nilai ajaran agama sebagai hal-hal yang vital dan mengusahakan tingkat penghayatan yang lebih dalam. Misalnya : tampak ketika individu merasakan nikmatnya beribadah kepada Allah, baik ketika sendiri maupun bersama orang lain.

b. Unselfish

Berusaha mentransfer kebutuhan-kebutuhan yang berpusat pada diri sendiri. Misalnya : tampak, ketika individu memberikan sebagian hartanya yang membutuhkan.

c. Relevansi terhadap seluruh kehidupan

Yakni memenuhi kehidupannya dengan memotivasi dan makna religius. Misalnya : tampak ketika individu melibatkan agama dalam seluruh kehidupan.

d. Ultimate

Dalam hal ini, keyakinan agama sebagai tujuan akhir, sebagai nilai dan motif yang utama dan signifikan. Misalnya : tampak ketika individu menjadikan agama sebagai tujuannya dan bukan untuk keberadaan status sosial ekonomi.

e. Asosiasional

Adalah keterlibatan religius demi pencapaian nilai religius yang lebih dalam. Misalnya : tampak ketika individu selalu berusaha mempelajari agamanya secara mendalam.

f. Keteraturan penjaan perkembangan keimanan yang konsisten dan teratur.

Misalnya individu selalu berusaha menyempatkan diri untuk beribadah disela-sela kesibukannya.

Berdasarkan uraian diatas mengenai aspek-aspek religiusitas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek religiusitas adalah Keyakinan, peribadatan atau praktek agama, pengalaman atau ahklak, dan pengetahuan agama.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Religiusitas

Setiap individu terkait secara dialektis dengan pribadi dan lingkungannya. Proses refleksi dan aksi setiap individu inilah yang kemudian memberikan makna yang dinamis terhadap kehidupan religiusitasnya. Dengan demikian religiusitas pada akhirnya membutuhkan proses, dan di dalam proses perkembangannya, religiusitas dipengaruhi oleh beberapa faktor. Thouless mencoba memetakan faktor-faktor yang memengaruhi religiusitas, yaitu :

- a. Pengaruh pendidikan dari orang tua dan berbagai tradisi sosial.

Faktor ini mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan keagamaan itu, termasuk pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan dari lingkungan sosial untuk menyesuaikan diri dengan berbagai pendapat dan sikap yang disepakati oleh lingkungan itu.

- b. Faktor pengalaman spiritual.

Berkaitan dengan berbagai jenis pengalaman yang membentuk sikap keagamaan. Terutama pengalaman mengenai keindahan, konflik moral dan pengalaman emosional keagamaan. Faktor ini umumnya berupa pengalaman spiritual yang secara cepat dapat memengaruhi perilaku individu.

- c. Faktor kebutuhan kehidupan

Kebutuhan-kebutuhan ini secara garis besar dapat menjadi empat bagian, yaitu :

1. kebutuhan akan keamanan atau keselamatan;
2. kebutuhan akan cinta kasih;
3. kebutuhan untuk memperoleh harga diri; dan
4. kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian.

d. Faktor intelektual (pengetahuan akan iman)

Berkaitan dengan berbagai proses penalaran verbal atau rasionalisasi. Faktor ini juga terkait dengan daya nalar seseorang terhadap sesuatu yang diimani. Dengan kata lain, epistemologi pengetahuan seseorang akan sangat memengaruhi gaya berimannya.

Sedangkan menurut Jalaluddin (2007) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tumbuhnya religiusitas, yakni :

a. Faktor intern yang terdiri dari

1. Hereditas

Jiwa keagamaan menggunakan buku secara langsung sebagai faktor bahwa yang diwariskan secara turun temurun, melainkan terbentuk dari berbagai unsure kejiwaan lainnya mencakup kognitif dan kontak. Tetapi dalam penelitian, terungkap bahwa makanan dan perasaan ibu berpengaruh terhadap kondisi janin yang dikandungnya.

2. Tingkat usia

Diungkap bahwa perkembangan agama dan anak-anak ditentukan oleh tingkat usia mereka. Perkembangan tersebut dipengaruhi oleh perkembangan dari aspek kejiwaan termasuk perkembangan berpikir kritis, ternyata kritis pula dalam memahami agama.

3. Kepribadian

Kepribadian yaitu hubungan antara individu dengan lingkungan. Hubungan antar unsure hereditas dengan pengaruh lingkungan inilah yang membuat kepribadian.

4. Kondisi kejiwaan

Kondisi kejiwaan ini terkait dengan kepribadian sebagai faktor intern

b. Faktor ekstern terdiri dari:

1. Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan lingkungan social yang pertama dikenalnya dan kehidupan keluarga menjadi fase seseorang diawal pembuatan jiwa keagamaan anak.

2. Lingkungan institusional

Lingkungan ini dapat berupa institusi, formal seperti sekolah maupun yang nonformal seperti berbagai perkumpulan organisasi.

3. Lingkungan masyarakat

Meskipun tampaknya longgar, namun kehidupan masyarakat dibatasi oleh berbagai norma dan nilai-nilai berusaha menyesuaikan sikap dengan tingkah laku dengan norma dan nilai-nilai yang ada. Dengan demikian, kehidupan bermasyarakat memiliki tatanan yang terkondisi untuk dipatuhi bersama.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuhnya religiusitas adalah, faktor intern yang terdiri dari; a). Hereditas, b). Tingkat usia, c). Kepribadian, d). Kondisi kejiwaan. Faktor-faktor ekstern terdiri dari; a). Lingkungan keluarga, b). lingkungan institusional, c). Lingkungan masyarakat.

4. Tahap-tahap Perkembangan Religiusitas

Telah disinggung sebelumnya bahwa religiusitas merupakan sebuah konsep yang dinamis sehingga membutuhkan proses di dalam perkembangannya. Ketika memahami tahap-tahap perkembangan religiusitas, penulis mengacu kepada teori James Fowler tentang tahap-tahap perkembangan iman. Adaptasi teori Fowler ini berangkat dari asumsi bahwa religiusitas erat terkait dengan persoalan iman seseorang. Fowler sendiri membedakan pengertian iman dengan agama. Pengertian iman cenderung terkait dengan usaha-usaha psikologis, sementara agama bersifat historis. Pengertian iman menurut Fowler ini identik dengan pengertian religiusitas yang juga terkait dengan persoalan-persoalan psikologis.

Berikut merupakan tahap-tahap perkembangan iman (baca: religiusitas) menurut Fowler (1995).

Tahap 1: Kepercayaan Elementer Awal (Primal Faith, 0 - 2 tahun)

Tahap ini adalah tahap 0 atau pratahap (*pre-stage* yaitu masa orok, bayi 0-2 tahun) atau disebut juga dengan kepercayaan yang belum teridentifikasi karena bayi belum mengenal dan merasakan lingkungannya. Pola kepercayaan ini disebut elementer. Rasa kepercayaan elementer ini timbul dengan spontan yang bersifat pralinguistis (preverbal) sebelum munculnya kemampuan berbahasa yang terdapat di lingkungan sekitar dan yang setia merawatnya (orangtua, terutama ibu). Anak disini membutuhkan kasih tanpa syarat sehingga butuh dikasihi sebagai pribadi yang unik. Oleh karena itu, peran yang paling utama disini adalah peran ibu. Pengalaman kepercayaan akan Allah transenden selaku Wujud Tertinggi yang maha cinta, maha kuasa, dan maha bijaksana, telah digariskan dan dikembangkan oleh diri pengasuh utama. Pengasuh utama akan memengaruhi juga gambaran asli tentang Allah sebagai Ibu-Bapak. Di sini tidak hanya menyadari adanya ambivalensi dan ambiguitas dalam hidup dan realitas manusia, tetapi juga pada Allah sendiri.

Tahap 2: Kepercayaan Intuitif-Proyektif (3 – 5 tahun)

Pada tahap ini, anak belum memiliki kemampuan operasi logis sehingga daya imajinasinya berkembang secara bebas. Daya imajinasi dirangsang oleh cerita, gerak, isyarat, upacara, simbol, dan kata-kata. Gambaran dunia dan imajinasi ini menguasai seluruh hidup afektif dan kognitif yang mendasari pola kepercayaan si anak.

Allah digambarkan menurut alam fantasi *pra-antromorf*, artinya anak mencoba menerapkan berbagai ide yang tidak kelihatan seperti roh, udara, dan lain sebagainya untuk menggambarkan Allah yang memengaruhi dunia secara fisik dan substansial. Namun, biarpun Allah dilukiskan secara pra-antromorf (misalnya Allah bagaikan udara, Dia ada dimana-mana) anak juga memahami Allah sebagai suatu pribadi (misalnya, pribadi Allah

digambarkan menurut aspek-aspek fisik, Allah berpakaian putih). Oleh karena itu, dapat dilihat bahwa anak memahami Allah melalui campuran antara gambaran antropomorf dan pra-antromorf.

Tahap 3: Kepercayaan Mistis Harafiah (6-11 tahun)

Masa ini adalah masa usia sekolah. Pada tahap ini gambaran emosional dan imajinasi masih berpengaruh kuat. Namun muncul operasi-operasi logis baru yang melampaui tingkat perasaan dan imajinasi dari tahap sebelumnya. Anak belajar melepaskan diri dari egosentrismenya dengan mulai membedakan perspektif dirinya dengan orang lain. Berkat gaya logikanya yang baru dan pengambilan perspektif orang lain tersebut, maka anak sanggup memandang religiusitasnya dengan tolok ukur logikanya sendiri. Tetapi pada tingkat moral, anak belum mampu menyusun dunia batin atau interioritas yaitu seluruh perasaan, sikap dan proses penuntun batiniah yang dimilikinya sendiri. Pandangan moralnya menuntut bahwa yang baik harus dihormati dan yang jahat harus dihukum.

Aspek yang paling penting pada tahap ini adalah bahwa anak dapat menyusun dan mengartikan dunia pengalamannya melalui cerita rakyat dan hikayat. Pada tahap ini juga, anak sudah mampu menuangkan pengalamannya dalam bentuk cerita.

Tahap ke 4: Kepercayaan Sintesis-Konvensional (masa adolesean umur 12 - masa dewasa awal).

Tahap ini muncul pada masa adolesean (umur 12-18 tahun). Sekitar umur 12 tahun, remaja biasanya mengalami suatu perubahan radikal. Erikson, sebagaimana yang dikutip oleh Crapps, menyatakan bahwa masalah pokok pada masa remaja adalah antara identitas dan kebingungan peran. Krisis identitas tercipta oleh runtuhnya dunia kanak-kanak. Pencapaian identitas itu terjadi di tengah-tengah krisis yang hebat. Karena munculnya operasi-operasi logis, remaja sanggup merefleksikan secara kritis riwayat hidupnya dan menggali arti sejarah hidupnya bagi dirinya sendiri. Fowler menyebut pola kepercayaan ini dengan istilah

konvensional. Tetapi pembentukan identitas diri menjadi krisis yang paling utama pada tahap ini, karena remaja akan bingung dan sulit menemukan jati dirinya, serta gambaran-gambaran heterogen dari luar disatukan dengan dirinya, baik itu dari masyarakat, keluarga, maupun sahabat (psikososial).

Pada tahap ini juga remaja akan menyusun gambaran yang agak personal mengenai lingkungan akhir. Artinya, Allah tidak lagi dibayangkan menurut model antropomorf semata-mata seperti pada tahap sebelumnya, melainkan menurut paradigma “hubungan antar pribadi mutual” yaitu Allah yang “personal” yang merupakan seorang pribadi yang mengenal seorang remaja secara lebih baik daripada dirinya sendiri, sehingga remaja dapat mengandalkan Allah sebagai sahabat, penyelamat, dan Allah sebagai Pribadi yang mengenal dan memahami remaja.

Tahap 5: Kepercayaan Individuatif-Reflektif (masa dewasa awal 18 – 34 tahun)

Paling cepat berumur 18 tahun, atau biasanya pada umur sekitar 20 tahun, seseorang sekali lagi mengalami perubahan yang mendalam dan menyeluruh dalam hidupnya. Tahap ini ditandai dengan lahirnya refleksi kritis atas seluruh pendapat, keyakinan dan nilai agama, dan sudah mampu melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagai bagian dari sistem kemasyarakatan. Pada tahap ini juga, seorang dewasa muda mulai sadar akan tanggungjawabnya atas penentuan pilihan ideologis, dan gaya hidup yang membuka jalan baginya untuk mengikatkan diri dengan cara menunjukkan kesetiaan pada seluruh hubungan dan panggilan tugas. Pada tahap ini, orang dewasa muda sangat tanggap dan peka terhadap model pemimpin ideologis dan kharismatis yang pastinya membutuhkan kebenaran logis, sehingga pada tahap ini diperlukan pembimbing yang cerdas untuk menerapkan kebenaran dengan kehidupan yang nyata dalam pelayanan yang mereka lakukan sesuai dengan bakat mereka untuk melayani Tuhan. Kepercayaan pada tahap ini disebut dengan “individuatif” karena baru saat inilah pertama kalinya dalam refleksi diri tidak semata-mata bergantung

pada orang lain. Pribadi mengalami diri autentik dan mandiri. Tahap ini juga, pribadi sudah bersikap kritis terhadap simbol. Simbol tidak lagi dianggap identik dengan yang sakral, tetapi dipahami secara rasional.

Tahap 6: Kepercayaan Eksistensial Konjungtif (usia sekitar 35-44 tahun)

Ini dimulai pada usia pertengahan (sekitar 35 tahun ke atas). Semua yang diupayakan di bawah kuasa kesadaran dan pengontrolan rasio pada tahap sebelumnya kini ditinjau kembali. Batas-batas sistem pandangan hidup dan identitas diri yang jelas, kaku, dan tertutup kini menjadi luntur dan kembali samar-samar. Tahap ini ditandai oleh suatu keterbukaan dan perhatian baru terhadap adanya polaritas, ketegangan, paradoks, dan ambiguitas dalam kodrat kebenaran diri dan hidupnya. Kini perhatian utama ditujukan pada upaya membuat hidupnya menjadi lebih utuh, menggabungkan kembali daya rasio dengan sumber ketidaksadarannya dan melampaui egosentrismenya yang tertutup menuju pengabdian diri yang lebih radikal pada kepentingan orang lain. Ia menjadi lebih peka terhadap fakta bahwa hidup lebih merupakan anugerah pemberian daripada hasil upaya rasional. Tahap ini menyadari bahwa semua kehidupan yang dialaminya selama ini bukanlah hasil usaha kerja kerasnya, melainkan suatu anugerah yang diberikan oleh Tuhan.

Pada tahap ini juga pribadi mencapai tingkat kepolosan kedua yang meresapi rasa tanggap baru terhadap segala arti simbol, bahasa, kiasan, cerita, mitos, metaphor yang dianggap sebagai sarana untuk memahami kebenaran. Segala simbol dan upacara dipandang sebagai jalan perantara sah yang mampu mengangkat hati manusia kepada yang Ultima, dan dihayati sebagai wujud yang sungguh-sungguh pribadi.

Tahap ke 7: Kepercayaan yang Mengacu Pada Universalitas (usia pertengahan dan selanjutnya, sekitar 45 tahun ke atas).

Kepercayaan kepada universalitas sebenarnya jarang terjadi, dan jika terjadi umumnya berkembang sesudah umur 30 tahun atau berkembang pada umur 45 tahun ke atas.

Pada tahap ini, pribadi melampaui tingkat paradoks dan polaritas karena gaya hidupnya langsung berakar pada kesatuan yang Ultima, yaitu pusat nilai, kekuasaan dan keterlibatan yang terdalam. Gaya hidup pada tahap ini diliputi semangat inklusif dan universal. Oleh karena itu, perjuangan terhadap kebenaran, keadilan, kesatuan sejati berdasarkancinta universal. Pribadi yang berada dalam kepercayaan eksistensial universal ini hendak mewujudkan cinta dari perspektif universalitas (yang tidak lain adalah perspektif transendensi Allah). Jika keimanan manusia memiliki tahapan-tahapan perkembangan, maka demikian pula dengan kebutuhan manusia.

D. Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan Pada Lansia

Tidak bisa dipungkiri bahwa seiring berjalannya waktu, kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari beberapa perubahan: (1) perubahan penampilan pada bagian wajah, tangan, dan kulit, (2) perubahan bagian dalam tubuh seperti sistem saraf, otak, isi perut, limpa, hati, (3) perubahan panca indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan (4) perubahan motorik antara lain berkurangnya kekuatan, kecepatan dan belajar keterampilan baru. Perubahan-perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduruan kesehatan fisik dan psikis yang akhirnya akan berpengaruh juga pada aktivitas ekonomi dan sosial mereka. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada aktivitas kehidupan sehari-hari (Rahayu, 2009).

Selain permasalahan di atas, lansia juga memiliki tugas perkembangan yang lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi mereka, Havighurst (dalam Hurlock, 1999) menyebutkan bahwa tugas perkembangan lansia tersebut antara lain harus menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* keluarga, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup dan sebagainya. Kondisi ini tentunya akan sangat mempengaruhi kebahagiaan para lansia, namun tidak semua lansia merasakan hal yang sama terhadap

masalah mereka, ada juga lansia yang mampu meminimalisir permasalahan yang mereka rasakan dengan cara memiliki tingkat religiusitas yang tinggi.

Rohrbaugh & Jessor (dalam Sulistyarini, 2010) menyatakan bahwa religiusitas mengacu kepada pemahaman total terhadap agama dalam kehidupan sehari-hari, kehidupan di dunia, seperti kehidupan ritual agama. Berdasarkan pengertian yang lebih umum, religiusitas merupakan kepercayaan terhadap adanya Tuhan serta mempercayai agama. Agama yang dimaksud dalam penelitian ini adalah agama Nasrani. Nasrani sebagai sebuah agama mengandung nilai-nilai dan ajaran-ajaran yang bersifat universal dan sempurna yang harus dipelajari dan diamalkan dalam kehidupan sehari-hari oleh umatnya.

Pernyataan di atas sejalan dengan pernyataan Hakim (2003) bahwa secara fisik lanjut usia mengalami penurunan, tetapi pada aktivitas yang berkaitan dengan agama justru mengalami peningkatan, artinya perhatian mereka terhadap agama semakin meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Lanjut usia lebih percaya bahwa selain dapat memberi jalan bagi pemecahan masalah kehidupan, agama juga berfungsi sebagai pembimbing dalam kehidupannya, dan menentramkan batinnya.

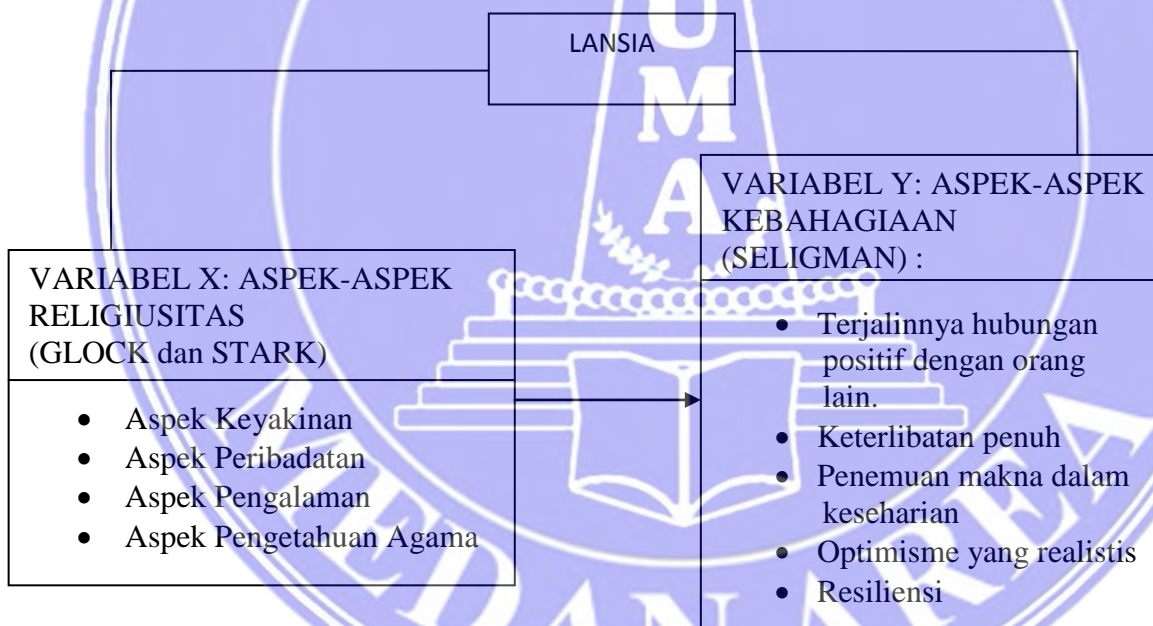
Hasil penelitian menunjukkan *sucessfull aging* pada lansia terjadi karena adanya beberapa faktor yang saling berkaitan, antara lain: faktor fisik, aktivitas, psikologis, sosial dan religiusitas. Salah satu yang terlihat disini adalah faktor religiusitas, dimana dengan masih rutusnya lansia dalam menjalankan ibadah serta mengikuti kegiatan keagamaan merupakan salah satu bentuk adanya keyakinan yang kuat akan campur tangan Tuhan atas apa yang diperolehnya dalam menjalani hidup. Sebagai tambahan, agama dapat melepaskan kecemasan tentang kematian dan kehidupan setelah mati. Disamping itu juga ada bukti-bukti, seperti yang diungkapkan oleh Covalt bahwa, “kegiatan keagamaan mempunyai kelompok rujukan yang memberi dorongan dan rasa aman kepada mereka, sedang orang yang tidak

masuk dalam kelompok agama manapun tampaknya kurang mendapat dorongan sosial semacam itu” (dalam Hurlock, 1999).

Koenig (dalam Rakhmat, 2005) menambahkan mengenai efek agama pada kesehatan fisik dan mental yaitu antara lain penggunaan agama sebagai perilaku koping berkaitan dengan depresi yang lebih rendah, kesejahteraan dan moral yang lebih tinggi, perkawinan yang lebih bahagia, kepuasan hidup yang tinggi, serta kecemasan mati yang lebih rendah.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan di atas dapat dikatakan bahwa dengan memiliki religiusitas yang baik dapat memberi jalan untuk menuju kebahagiaan.

E. kerangka konseptual



F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teoritis diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut: ada hubungan positif antara religiusitas dengan kebahagiaan. Dengan asumsi bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin baik kebahagiaan pada lansi,sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitas maka semakin buruk kebahagiaan padalansia.