

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Pustaka

1. Religiusitas

a. Pengertian Religiusitas

Religiusitas merupakan sistem keyakinan dan perilaku yang mencerminkan hubungan manusia dengan Tuhan dan penerapan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Sharifi et al. (2019), religiusitas mencakup keyakinan, pengalaman keagamaan, praktik ibadah, serta konsekuensi moral yang dihasilkan dari pemahaman terhadap ajaran agama.

Pada masa lanjut usia, religiusitas memiliki makna yang lebih mendalam karena menjadi mekanisme koping dalam menghadapi perubahan hidup seperti kehilangan pasangan, penurunan fisik, maupun keterbatasan sosial. Lansia yang memiliki tingkat religiusitas tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres dan kesepian karena memperoleh ketenangan batin melalui aktivitas spiritual dan hubungan dengan Tuhan.

Menurut Satria & Wibowo (2022), religiusitas juga berperan dalam memberikan makna terhadap pengalaman hidup lansia, sehingga membantu mereka menyesuaikan diri dengan kondisi psikologis yang berubah akibat proses penuaan. Dengan demikian, religiusitas bukan hanya bentuk ketaatan ritual, melainkan sistem nilai dan cara pandang hidup yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seseorang.

b. Jenis-Jenis Religiusitas

Menurut Sharifi et al. (2019), religiusitas terdiri atas beberapa dimensi utama, yaitu:

- 1) Keyakinan (*Ideological Dimension*) berkaitan dengan kepercayaan terhadap kebenaran ajaran agama dan eksistensi Tuhan. “*Religious belief determines the spiritual orientation of an individual in interpreting life events and difficulties*” (Sharifi et al., 2019).
- 2) Praktik Ibadah (*Ritualistic Dimension*) meliputi pelaksanaan kegiatan keagamaan seperti berdoa, beribadah, dan mengikuti kegiatan keagamaan bersama.
- 3) Pengalaman Keagamaan (*Experiential Dimension*) merujuk pada pengalaman spiritual pribadi yang menimbulkan rasa kedekatan dengan Tuhan.
- 4) Pengetahuan Keagamaan (*Intellectual Dimension*) mencakup tingkat pemahaman seseorang terhadap ajaran agama.
- 5) Konsekuensi Religius (*Consequential Dimension*) sejauh mana nilai agama diimplementasikan dalam perilaku sosial, moral, dan etika kehidupan sehari-hari.

c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Religiusitas

Menurut Nugraha & Aprillia (2020), faktor yang memengaruhi religiusitas mencakup lingkungan keluarga, pendidikan, pengalaman hidup, dan dukungan sosial yang diperoleh. Lansia yang hidup di

lingkungan keluarga religius cenderung memiliki tingkat keimanan lebih tinggi.

Sementara Satria & Wibowo (2022) menambahkan bahwa faktor psikologis seperti kesepian dan stres dapat meningkatkan ketergantungan spiritual seseorang sebagai bentuk *coping* terhadap tekanan emosional.

Selain itu, faktor budaya dan kebiasaan masyarakat juga berperan penting dalam membentuk pola religiusitas yang konsisten.

d. Indikator Religiusitas

Menurut Sharifi et al. (2019), indikator religiusitas dapat diukur melalui lima aspek utama, yaitu:

- 1) Keyakinan terhadap ajaran agama mencerminkan kepercayaan spiritual individu terhadap Tuhan.
- 2) Pelaksanaan ibadah secara rutin termasuk kegiatan doa dan ibadah bersama.
- 3) Perasaan kedekatan dengan Tuhan menunjukkan hubungan spiritual yang mendalam.
- 4) Pemahaman terhadap ajaran agama diukur dari kemampuan individu memahami nilai-nilai ajaran agama.
- 5) Perilaku moral yang sesuai nilai agama seperti kejujuran, empati, dan kesederhanaan dalam hidup.

2. Dukungan Sosial Keluarga

a. Pengertian Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga adalah bentuk bantuan dan perhatian yang diberikan oleh anggota keluarga kepada individu untuk mengatasi tekanan hidup dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Menurut Azizah et al. (2022), dukungan keluarga dapat berupa dukungan emosional, informasi, penghargaan, maupun bantuan nyata yang membantu lansia menghadapi perubahan fisik dan mental.

Selain itu, Ningsih & Setyowati (2020) menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam menurunkan risiko stres dan kesepian, serta meningkatkan kualitas hidup lansia. Lansia yang mendapatkan dukungan dari keluarga biasanya merasa lebih dihargai dan terlibat dalam kehidupan sosial di sekitarnya.

b. Jenis-Jenis Dukungan Sosial Keluarga

Menurut Azizah et al. (2022), terdapat empat jenis dukungan sosial keluarga yang berperan penting bagi lansia, yaitu:

- 1) Dukungan Emosional – berupa empati, kasih sayang, dan perhatian yang diberikan keluarga kepada lansia. *“Emotional support is essential to maintain mental health and prevent feelings of isolation among elderly”* (Azizah et al., 2022).
- 2) Dukungan *Informasional* – meliputi pemberian saran, arahan, dan informasi yang membantu lansia membuat keputusan.

- 3) Dukungan Instrumental – bantuan nyata dalam bentuk materi, pelayanan, atau tenaga.
- 4) Dukungan Penghargaan (*Appraisal Support*) – pengakuan positif terhadap keberadaan dan kontribusi lansia dalam keluarga.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Keluarga

Menurut Ningsih & Setyowati (2020), faktor yang memengaruhi dukungan sosial keluarga meliputi:

- 1) Struktur dan fungsi keluarga, di mana keluarga besar cenderung memberikan dukungan lebih luas.
- 2) Kondisi ekonomi, yang menentukan kemampuan dalam memberi bantuan material.
- 3) Keharmonisan hubungan antar anggota keluarga, yang memengaruhi kualitas dukungan emosional.
- 4) Kedekatan geografis, di mana lansia yang tinggal bersama keluarga menerima dukungan lebih tinggi dibandingkan yang tinggal sendiri.

Selain itu, Satria & Wibowo (2022) menambahkan bahwa nilai budaya dan religiusitas keluarga juga berperan memperkuat hubungan sosial dan dukungan terhadap lansia.

d. Indikator Dukungan Sosial Keluarga

Berdasarkan penelitian Azizah et al. (2022) dan Ningsih & Setyowati (2020), indikator dukungan sosial keluarga meliputi:

- 1) Perhatian dan kasih sayang keluarga terhadap lansia.
- 2) Ketersediaan bantuan ketika lansia menghadapi kesulitan.

- 3) Komunikasi terbuka dan positif dalam keluarga.
- 4) Penghargaan terhadap pendapat dan pengalaman lansia.
- 5) Keterlibatan lansia dalam aktivitas keluarga.

3. Kesepian (*Loneliness*)

a. Pengertian *Loneliness*

Menurut Jamadar & Chawla (2020), kesepian merupakan respon emosional yang kompleks terhadap perasaan terisolasi atau kehilangan hubungan sosial yang bermakna. Kesepian tidak selalu berarti sendirian secara fisik, tetapi lebih pada ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang dimiliki.

Hidayat et al. (2022) menjelaskan bahwa kesepian pada lansia muncul karena berkurangnya interaksi sosial, kehilangan pasangan, serta perubahan peran sosial dalam masyarakat. Kondisi ini dapat berdampak pada meningkatnya risiko depresi dan penurunan kesehatan fisik.

Menurut Kang & Kim (2022), kesepian juga terkait dengan kesejahteraan psikologis karena mengganggu rasa keterhubungan sosial dan makna hidup. Lansia yang kesepian cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup yang lebih rendah.

b. Jenis-Jenis *Loneliness*

Satria & Wibowo (2022) membagi *loneliness* ke dalam tiga jenis:

- 1) *Emotional Loneliness* – perasaan kehilangan seseorang yang memiliki kedekatan emosional, seperti pasangan hidup.

- 2) *Social Loneliness* – kurangnya jaringan sosial atau perasaan ditinggalkan oleh lingkungan.
- 3) *Existential Loneliness* – perasaan hampa dan tidak memiliki tujuan hidup meskipun dikelilingi banyak orang. Menurut mereka, “*Kesepian pada lansia bersifat multidimensi dan sering kali muncul bersamaan dengan gangguan psikologis lain seperti kecemasan dan depresi*” (Satria & Wibowo, 2022).

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Loneliness*

Berdasarkan Hidayat et al. (2022) dan Kang & Kim (2022), faktor-faktor yang memengaruhi kesepian pada lansia antara lain:

- 1) Kehilangan pasangan hidup atau keluarga dekat, yang menimbulkan kekosongan emosional.
- 2) Kurangnya dukungan sosial dan interaksi dengan lingkungan.
- 3) Kesehatan fisik yang menurun, menyebabkan keterbatasan dalam aktivitas sosial.
- 4) Kondisi ekonomi dan sosial yang rendah.
- 5) Tingkat religiusitas, di mana semakin tinggi religiusitas seseorang, semakin rendah tingkat kesepiannya karena memiliki sumber makna hidup spiritual.

d. Indikator *Loneliness*

Menurut Satria & Wibowo (2022), indikator *loneliness* dapat diukur melalui:

- 1) Perasaan terasing dan tidak memiliki kedekatan emosional.

- 2) Rendahnya frekuensi berinteraksi sosial.
- 3) Tidak adanya dukungan emosional yang bermakna.
- 4) Perasaan tidak berdaya dan ditinggalkan.
- 5) Ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang ada.

B. Kerangka Berpikir

Religiusitas dan dukungan sosial keluarga merupakan dua faktor utama yang memengaruhi kondisi psikologis lansia. Lansia adalah kelompok usia yang rentan terhadap perubahan fisik, sosial, dan emosional, yang sering menimbulkan perasaan kesepian (*loneliness*) akibat kehilangan pasangan, berkurangnya interaksi sosial, atau keterbatasan aktivitas harian (Hidayat et al., 2022).

Religiusitas berperan sebagai sumber kekuatan spiritual dan makna hidup. Menurut Sharifi et al. (2019), religiusitas membantu individu menemukan ketenangan batin, meningkatkan rasa syukur, dan memberikan pandangan positif terhadap kehidupan. Bagi lansia, religiusitas berfungsi sebagai mekanisme *koping* dalam menghadapi stres dan kesepian. Lansia yang memiliki religiusitas tinggi cenderung lebih tenang, optimis, serta merasa hidupnya bermakna (Satria & Wibowo, 2022). Oleh karena itu, peningkatan religiusitas diyakini dapat menurunkan tingkat kesepian.

Selain itu, dukungan sosial keluarga menjadi faktor sosial penting dalam menjaga kesehatan mental lansia. Dukungan ini mencakup perhatian emosional, bantuan nyata, dan keterlibatan keluarga dalam aktivitas sosial (Azizah et al., 2022). Menurut Ningsih & Setyowati (2020), keluarga yang memberikan

dukungan positif mampu menumbuhkan rasa aman dan diterima, sehingga mencegah perasaan terisolasi. Kehadiran keluarga yang peduli membuat lansia tetap merasa dibutuhkan dan terhubung dengan lingkungan sekitarnya.

Kedua faktor ini saling melengkapi. Religiusitas memberikan ketenangan batin, sedangkan dukungan sosial keluarga memberikan kehangatan emosional. Kombinasi keduanya membantu lansia mempertahankan keseimbangan psikologis dan mengurangi perasaan kesepian. Sebaliknya, rendahnya religiusitas dan kurangnya dukungan keluarga dapat meningkatkan risiko kesepian dan menurunkan kesejahteraan mental (Kang & Kim, 2022; Jamadar & Chawla, 2020).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas dan dukungan sosial keluarga, semakin rendah tingkat *loneliness* yang dialami lansia. Penelitian ini menekankan pentingnya dua faktor tersebut dalam menjaga kesejahteraan psikologis lansia, khususnya di Desa Blembem, Kecamatan Jambon, Kabupaten Ponorogo, yang memiliki nilai sosial dan keagamaan yang kuat.

C. Hipotesis Penelitian

H₁: Terdapat pengaruh yang signifikan antara religiusitas terhadap *loneliness* pada lansia di Desa Blembem, Kecamatan Jambon, Kabupaten Ponorogo. *(Semakin tinggi tingkat religiusitas, semakin rendah tingkat loneliness yang dirasakan lansia).*

H₂: Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap *loneliness* pada lansia di Desa Blembem, Kecamatan Jambon, Kabupaten

Ponorogo.

(Semakin tinggi dukungan sosial keluarga, semakin rendah tingkat loneliness pada lansia).

H₃: Terdapat pengaruh yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial keluarga secara simultan terhadap *loneliness* pada lansia di Desa Blembem, Kecamatan Jambon, Kabupaten Ponorogo.

(Religiusitas dan dukungan sosial keluarga bersama-sama berkontribusi terhadap penurunan tingkat kesepian lansia).