

# **KOPING RELIGIUS PADA LANSIA TERLANTAR**

Studi pada Warga Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia/LKS LU

Madania Yogyakarta



**Oleh:**

**Husnur Rosyidah**

**NIM: 19200010075**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

**TESIS**

Diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh  
Gelar Magister dalam Ilmu Agama Islam  
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-757/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2021

Tugas Akhir dengan judul : KOPING RELIGIUS PADA LANSIA TERLANTAR  
Studi pada Warga Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia/LKS LU Madina  
Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : HUSNUR ROSYIDAH, S.Ag  
Nomor Induk Mahasiswa : 19200010075  
Telah diujikan pada : Jumat, 17 Desember 2021  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA.  
SIGNED

Valid ID: 61c96e1b9f3f4



Penguji II

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 61c3c48c7783d



Penguji III

Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 61c444ab858c6



Yogyakarta, 17 Desember 2021  
UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.  
SIGNED

Valid ID: 61c9acd1d690e

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Husnur Rosyidah, S.Ag.  
NIM : 19200010075  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisiplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 13 Desember 2021

Saya yang menyatakan,



Husnur Rosyidah, S.Ag.

NIM: 19200010075

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Husnur Rosyidah, S.Ag.  
NIM : 19200010075  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika kemudian hari terbukti melakukan plagiasi maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 13 Desember 2021

Saya yang menyatakan,



Husnur Rosyidah, S.Ag.

NIM: 19200010075

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Kepada Yth.,  
Direktrur Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu 'alaikum wr.wb.,*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**KOPING RELIGIUS PADA LANSIA TERNTAR**

Studi Pada Warga Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia/LKS-LU  
Madania Yogyakarta


Yang ditulis oleh

Nama : Husnur Rosyidah., S.Ag  
NIM : 19200010075  
Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister of Art.

*Wassalamu 'alaikum wr.wb*

Yogyakarta, 10 Desember 2021  
Pembimbing

  
Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi  
NIP. 19741120 200003 2 003

## ABSTRAK

Husnur Rosyidah, Koping Religius pada Lansia Terlantar. Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam pada Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies UIN Sunan Kalijaga 2021.

Adanya tekanan/stres yang berada dalam diri (*intern*) dan (*ekstern*) pada lansia terlantar melatarbelakangi penelitian ini. Ketika menghadapi tekanan/stres lansia terlantar cenderung melakukan respon/reaksi terhadap kejadian yang dalam khazanah psikologi dikenal dengan istilah koping. Selain menggunakan koping yang berfokus pada emosi dan berfokus pada masalah, lansia terlantar cenderung menggunakan koping religius dalam menghadapi tekanan/stres. Koping religius merupakan respon yang dilakukan individu selalu dengan berusaha selalu melibatkan Tuhan ketika menghadapi tekanan/stres. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tekanan/stres yang dialami lansia terlantar, mengetahui koping yang digunakan, dan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi lansia terlantar menggunakan koping religius.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, karena data yang telah diperoleh dideskripsikan dan memberi makna dari hasil penelitian. Subyek dalam penelitian adalah lansia terlantar. *Purposive sampling* dengan bola salju merupakan tehnik sampling yang digunakan dalam penelitian ini. Untuk pengumpulan data menggunakan obsevasi, wawancara dan dokumentasi. Analisa data menggunakan pendekatan fenomenologi dengan cara mereduksi data, penyajian dan menarik kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta mengalami stres yang cenderung berat. Koping yang digunakan ialah koping berfokus pada masalah dan koping berfokus pada emosi. Adapun faktor yang mempengaruhi lansia terlantar menggunakan koping religius ialah menggunakan keyakinan yang kuat (dimensi ideologis), ibadah yang baik (dimensi ritualistik), mengalami pengalaman keagamaan (dimensi eksperensial, ilmu dan pengetahuan baik (dimensi intelektual dan menggunakan konsep konsekuensi keagamaan (dimensi konsekuensial). Strategi koping religius yang digunakan adalah *collaborative*, *self-directing* dan *deferring* dan bentuk koping yang digunakan adalah koping religius positif.

Kata Kunci: Koping religius, Lansia terlantar.

## **MOTTO**

Jangan takut direndahkan ketika melakukan hal-hal yang dianggap sederhana, karena kemuliaan itu diperoleh bukan dari harta yang bertebaran, rupa yang menawan, tingginya pendidikan dan jabatan, tetapi karena apa yang kita lakukan.

(Husnur Rosyidah, S.Ag.)



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ. أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ. وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ الْمَبْعُوثُ رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ. أَمَّا بَعْدُ.

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan banyak rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Tak lupa sholawat dan salam selalu tercurahkan kepada baginda kita Nabi Muhammad SAW, sebagai *khatamul anbiya' wal mursalin*.

Penyelesaian Tesis ini bertujuan untuk melengkapi persyaratan memperoleh gelar Magister Strata Dua (S2) Prodi Interdisciplinary Islamic Studies konsentrasi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Penulis menyadari dalam penyusunan tesis ini banyak mengalami kesulitan yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan dan pengalaman, namun atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak terlibat, penulis mampu menyelesaikan tesis yang berjudul “Koping Religius pada Lansia Terlantar Studi pada Warga Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta”.

Perjuangan dalam penyusunan tesis ini sungguh merupakan sebuah pengalaman yang tak ternilai harganya bagi penulis. Penulis menyadari bahwa penyelesaian tesis ini tidak akan pernah terwujud tanpa adanya dorongan, arahan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan rasa terimakasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr.H. Abdul Mustaqim, S.Ag, M.Ag selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Nina Mariani Noor dan jajarannya selaku Ketua Program Studi, atas segala kebijaksanaannya untuk memudahkan urusan administrasi sampai perkuliahan selesai.

4. Ibu Dr. Nurus Sa'adah selaku dosen pembimbing tesis yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis, sehingga tesis ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Segenap Dosen Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, khususon kepada para dosen yang pernah mengampu mata kuliah di kelas. Terima kasih atas curahan ilmu pengetahuan, motivasi, inspirasi sehingga penulis memiliki cara pandang baru yang sebelumnya belum penulis dapatkan.
6. Ibunda Rubiati dan keluarga yang saya sayangi, terutama untuk suami tercinta Suyanta dan permata hatiku tersayang Anna Ulfa Fauziyyah dan M. Wildan Firdausy. Terima kasih selalu sabar dan semangat dalam mendampingi ibu.
7. Simbah-simbah lansia dan Anak-anak di Yayasan Madania yang selalu menemani dan mendoakan saya sekeluarga, terima kasih atas kebaikan dan kemurahan kalian semoga kesuksesan mengiringi langkah kalian.
8. Teman-teman pengurus dan pengasuh di Yayasan Madania, Mbak Tiyas Yasinta, Mas Dadi, Mas Parno, Mas Hari, Mbak Asih, Mbak Zizah, Mas Cahyo, dan juga teman-teman di kelas BKI yang selalu memberikan motivasi kepada penulis terutama dalam penyelesaian tesis ini.

Penulis sangat menyadari, bahwa dalam penulisan tesis ini terdapat banyak kekurangan. Maka berbagai kritik dan saran yang konstruktif dari para pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan tesis ini. Akhirnya, penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis, umumnya bagi pembaca dan semua praktisi atau akademisi yang memerlukannya. Amiin.

Yogyakarta, 07 Desember 2021

Penulis

**Husnur Rosyidah**

**NIM. 19200010075**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTO .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan .....	6
D. Kegunaan .....	6
E. Kajian pustaka.....	7
F. Kerangka Teoritis .....	8
G. Metode Penelitian .....	26
<b>BAB II GAMBARAN UMUM LKS-LU DAN SUBYEK BINAAN</b>	
A. Sejarah .....	33
B. Letak Geografis.....	35
C. Visi.....	36
D. Gambaran Umum Subyek.....	42



<b>BAB III STRES &amp; KOPING YANG DIALAMI LANSIA TERLANTAR</b>	
A. Stres Yang Dialami Lansia Terlantar .....	46
B. Koping Yang Dilakukan Pada Lansia Terlantar .....	60
C. Diskusi Tentang Stress Dan Koping Pada Lansia Terlantar .....	69
<b>BAB IV GAMBARAN KOPING RELIGIUS PADA LANSIA TERLANTAR</b>	
A. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Menggunakan Koping Religius Yang Digunakan Lansia Terlantar Ketika Mengalami Tekanan/Stres .....	75
B. Koping Religius Yang Digunakan Lansia Terlantar Ketika Mengalami Tekanan/Stres .....	84
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran .....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>100</b>
<b>PEDOMAN WAWANCARA PENELITIAN .....</b>	<b>104</b>
<b>PEDOMAN OBSERVASI.....</b>	<b>105</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>107</b>

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
 YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Data Klien Lansia 2011-2021
Tabel 2	Data sumber data
Tabel 3	Jenis dan wujud pelayanan
Tabel 4	Bentuk stresor subyek penelitian
Tabel 5	Identifikasi koping subyek TGY
Tabel 6	Identifikasi koping subyek RN
Tabel 7	Identifikasi koping subyek ISM
Tabel 8	Identifikasi koping subyek SR
Tabel 9	Bentuk dan pola koping religius

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pada kehidupannya, manusia cenderung mengalami beberapa rangkaian fase perkembangan yang harus dilalui dan tidak dapat diulang kembali. Hal yang terjadi di awal tahap perkembangan akan berpengaruh terhadap perkembangan selanjutnya.<sup>1</sup> Perkembangan tersebut senantiasa mengalami perubahan sesuai dengan tingkatan fasenya, yaitu fase pertumbuhan (*evolusi*) yang berada pada awal kehidupan manusia, dan fase kemunduran (*involusi*) yang berada pada akhir kehidupan. Akhir kehidupan itu ditutup dengan periode penutup rentang kehidupan manusia yang telah jauh dari periode terdahulunya.<sup>2</sup> Hal tersebut merupakan sesuatu yang alamiah dan terjadi dengan rangkaian fase yang tidak dapat diulang. Fase tersebut berawal dengan adanya kelahiran dan berakhir dengan akhir kehidupan atau yang biasanya disebut dengan kematian.

Pada setiap fase perkembangan, individu akan mengalami banyak perubahan yang mengakibatkan munculnya permasalahan hidup, terutama dalam masa kemunduran (lanjut usia). Kemunduran yang dimaksud diantaranya bahwa penurunan kondisi fisik dan kognitif akan dialami lansia. Jika lansia mengalami kondisi ini, mereka pelan-pelan akan menarik diri dari lingkungannya dan akan berpengaruh pada interaksi sosial yang pada akhirnya fase tersebut akan semakin menurun dibanding dengan keadaan sebelumnya.<sup>3</sup> Penurunan interaksi sosial pada lansia berpengaruh pada tingkat kesepian yang biasanya merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan. Pada fase inilah lansia perlu cenderung perlu mendapatkan perhatian yang lebih.

---

<sup>1</sup> John W. Santrock, *Perkembangan anak* (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 7.

<sup>2</sup> Hurlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta, Erlangga, 1980) hlm, 380

<sup>3</sup> Septianingsih D.S, & Naimah, T., *Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi tentang Bentuk, Faktor Pencetus dan Strategi Koping*, Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol 11 No.2, hlm. 1-9, Social Forces, Vol.71 No.4, hlm. 1027- 1055

Dalam agama Islam disebutkan bahwa seiring bertambah tua, manusia akan mengalami kemunduran secara natural yang meliputi aspek fisik maupun psikologisnya, sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an:

Artinya: "Allah-lah yang menciptakan kamu dalam keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah kelemahan itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah kuat itu menjadi lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang Dia kehendaki. Dan Dia Maha Mengetahui, Maha Kuasa."<sup>4</sup>

Kondisi yang sudah udzur tersebut menyebabkan penurunan berupa kelainan secara biologis yang akan mempengaruhi keberadaan lansia.<sup>5</sup> Penurunan tersebut cenderung terjadi dengan beberapa perubahan yang terjadi pada anggota tubuhnya seperti, hilangnya gigi, rambut menipis, rambut beruban atau kulit kering dan keriput.

Lansia juga mengalami defisit seperti tubuh yang sudah tidak sekuat sebelumnya, penurunan fungsi alat indera seperti penglihatan dan pendengaran, penurunan fungsi memori dan atensi yang rendah. Lansia juga mengalami kesepian, gangguan kecemasan, depresi, parafrenia dan diogenes yang merupakan tanda penurunan seseorang.<sup>6</sup> Penurunan yang terjadi pada lansia cenderung menyebabkan dirinya kurang percaya diri dan merasa tidak sanggup untuk menghadapi berbagai permasalahan yang muncul dalam hidupnya.

Berbagai permasalahan yang dialami lansia menyebabkan perlu adanya bantuan dari orang lain. Dalam konteks ini perlu adanya lembaga yang menaungi para lansia yang mempunyai permasalahan terutama terkait pemenuhan kebutuhan pokok seperti kebutuhan sandang, pangan dan papan. Selain itu permasalahan kesehatan juga merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian yang cenderung serius. Dengan adanya lembaga yang memberikan pelayanan terhadap lansia yang tidak dapat pelayanan keluarga atau terlantar maka mereka cenderung akan mendapat bantuan untuk mengatasi berbagai persoalan yang dialami terutama terkait kebutuhan dasar tersebut.\

---

<sup>4</sup> Al Majid, *Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid Warna*, (Jakarta: Beras, 2014) hlm. 410

<sup>5</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996), hlm. 101

<sup>6</sup> Hurlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 388

Dalam Permensos disebutkan pula bahwa lembaga yang dibentuk dalam rangka meningkatkan kesejahteraan yang dibentuk oleh masyarakat yang berbadan hukum atau tidak diberi nama Lembaga Kesejahteraan Sosial atau disingkat LKS.<sup>7</sup> LKS Lanjut Usia (LKSLU) ini disediakan untuk mewujudkan kesejahteraan sosial bagi para lansia, sehingga bisa menjadi tempat alternatif terakhir ketika terdapat kondisi-kondisi yang tidak memungkinkan yang dialami oleh para lansia.

Pada salah satu provinsi yaitu di Yogyakarta terdapat salah satu lembaga yang konsen terkait masalah pada lansia dengan nama Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania. Perkembangan jumlah lansia yang terlantar atau tidak mendapatkan pelayanan keluarga cenderung meningkat. Hal tersebut ditunjukkan oleh tabel berikut ini:<sup>8</sup>

Tabel 1. Data klien (Lansia Terlantar) di LKS Lanjut Usia Madania

Tahun	2011	2013	2015	2017	2019	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Jumlah	1	5	7	10	13	15	16	18	19	20	22

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa dari tahun 2011 sampai tahun 2021 jumlah lansia terlantar bertambah banyak. Meskipun terdapat kematian yang hampir terjadi setiap tahun namun, terdapat klien atau lansia terlantar yang membutuhkan pelayanan di berbagai Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia sehingga jumlah lansia terlantar yang berada di LKS Lanjut Usia Madania cenderung meningkat setiap tahunnya.

Lansia terlantar yang mendapatkan pelayanan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia cenderung mengalami berbagai masalah. Meskipun permasalahan dasar seperti kebutuhan untuk sandang, pangan dan papan tercukupi namun terdapat berbagai permasalahan yang mereka alami. Beberapa permasalahan yang dialami oleh lansia diantaranya adalah: keadaan lansia yang pada awalnya dapat merasakan kehangatan bersama keluarga hilang karena ketika menjadi klien lansia akan bertemu dengan beberapa keadaan yang berbeda dengan tinggal

<sup>7</sup> Peraturan Menteri Sosial, No. 19, 2012, 4.

<sup>8</sup> Data Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania diakses pada 17 April 2021

bersama keluarga. Misalnya mandi dan makan harus mengantri, tidur dalam satu ruangan bersama-sama, harus dapat menghargai perbedaan antar klien yang berada di panti, dan berbagai peraturan yang telah ditetapkan. Selain itu lansia harus menerima kenyataan bahwa mereka ditelantarkan dan tidak dapat berharap banyak dari keluarganya, bahkan dari anaknya. Di akhir fase kehidupan yang seharusnya dalam keadaan nyaman dan dikelilingi oleh keluarga yang menyayangi mereka, akan tetapi mereka dituntut untuk menerima kenyataan bahwa dirinya ditelantarkan.<sup>9</sup>

Berbagai permasalahan yang dilamai oleh lansia terlantar tersebut sangat kompleks dan setiap klien atau lansia cenderung mempunyai cara masing-masing dalam proses penyelesaiannya. Namun tidak jarang dari mereka mengalami tekanan karena ketidakmampuan dalam proses penyelesaian masalah. Sutardjo menyebutkan bahwa tekanan atau stres merupakan respon organisme dalam proses penyesuaian terhadap beberapa tuntutan yang terjadi.<sup>10</sup> Adapun proses penyesuaian terkait tekanan/stres yang digunakan individu terletak pada reaksi/respon yang biasanya disebut koping.<sup>11</sup> Fenomena tersebut Hal tersebut berhubungan dengan lansia terlantar yang mengalami tekanan/stres sehingga memerlukan respon terkait berbagai tekanan/stres yang dialami.

Pada lansia terlantar di LKS-LU Madania tekanan/stres yang dialami lansia cenderung sangat kompleks baik dari dalam dirinya ataupun dari faktor lingkungan. Menurut Suyanta selaku ketua LKS-LU menjelaskan bahwa tekanan/stres dari dalam diri lansia biasanya terdapat perasaan menyesal karena telah membesarkan anak-anak tetapi pada kenyataannya ditinggalkan begitu saja. Selain itu terdapat perasaan penasaran terhadap kesalahan apa yang dilakukan mereka sehingga anak-anaknya tidak berkeinginan untuk merawatnya. Dari faktor lingkungan biasanya terjadi karena berbagai kebiasaan yang berbeda antara di rumah dengan di LKS-LU

---

<sup>9</sup> Hasil wawancara dengan Ustadz Suyanta (Pimpinan Yayasan) pada tanggal 12 April, 2021, Senin ba'da Dhuhur.

<sup>10</sup> Sutardjo A. Wiramihardja, Pengantar Psikologi Abnormal (Bandung: Refika Aditama, 2012), 44.

<sup>11</sup> Siswanto, Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan dan Perkembangannya (Yogyakarta: Andi, 2007), 59.



Madania atau mempunyai permasalahan dengan lansia yang lain dalam satu asrama.<sup>12</sup> Hasil wawancara tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa para lansia terlantar cenderung mengalami tekanan/stres dan memerlukan respon ketika menghadapi tekanan/stres, yang sering disebut koping.

RN merupakan salah satu subyek yang diteliti disamping empat subyek yang lainnya. Koping yang digunakan oleh RN ketika menghadapi tekanan/stres diantaranya adalah sabar dan ikhlas. Ia mengungkapkan: saya ditinggalkan anak saya di panti ini awalnya sedih, gak nafsu makan, perasaan bersalah menjadi beban, merasa dibuang dan tidak betah tinggal di panti. Namun setelah mendengarkan arahan dari Abi Suyata maka saya berusaha untuk sabar menghadapi cobaan ini. Selain itu saya ikhlas anak saya belum bisa merawat saya karena mungkin ini yang terbaik untuk saya. Saya disini malah tertib sholat dan rajin ikut pengajian”.<sup>13</sup> Dari penjelasan RN tersebut dapat diasumsikan bahwa ketika menghadapi tekanan/stres cenderung muncul reaksi untuk mengatasinya.

Peneliti tertarik terkait pembahasan koping religius pada lansia terlantar karena lansia terlantar cenderung mempunyai pengalaman yang berbeda dengan lansia yang mendapatkan pelayanan dan pengasuhan dari keluarga. Dalam keadaan terlantar cenderung mengalami berbagai kesulitan yang berdampak pada fisik maupun psikisnya. Dalam khasanah psikologi dampak atau reaksi yang dilakukan individu ketika menghadapi tekanan/stres disebut dengan koping. Peneliti tertarik untuk mendeskripsikan koping religius yang digunakan oleh lansia terlantar. Selain itu dapat diklasifikasikan faktor dan bentuk koping religius yang digunakan lansia terlantar.

Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta (LKS-LU Madania) ialah lembaga yang menarik untuk diteliti dikarenakan merupakan salah satu organisasi sosial dan memiliki beberapa unit lain yang konsen terkait permasalahan sosial. Dalam pembinaan para lansia LKS-LU Madania juga mempunyai beberapa kegiatan yang cukup menarik seperti sesi curhat setiap Selasa pagi, pengajian rutin setiap hari Rabu pagi, Kamis sore, Jumat pagi dan Minggu

---

<sup>12</sup> SY, DFI, 70-75

<sup>13</sup> RN, “Wawancara Dengan Subyek”, Juli 16, 2021.

siang. Dari beberapa alasan tersebut peneliti merasakan bahwa dengan adanya beberapa kegiatan yang dilakukan oleh LKS-LU Madania dapat membantu meminimalisir atau menyelesaikan permasalahan yang lansia alami dengan koping spiritual sehingga mereka menjadi lansia yang bahagia.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana stres yang dialami oleh lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta?
2. Bagaimanakah koping yang dilakukan oleh lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta?
3. Faktor apa saja yang mempengaruhi lansia terlantar menggunakan koping religius di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta?
4. Bagaimanakah bentuk koping religius yang digunakan oleh lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta?

## **C. Tujuan**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui stres yang dialami lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui koping yang digunakan pada lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta.
3. Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi individu menggunakan koping religius.
4. Untuk mengetahui bentuk koping religius yang digunakan oleh lansia terlantar di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania Yogyakarta.

## **D. Kegunaan**

1. Secara teoritik

Secara teoritik penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan tentang koping, psikologi dan religiusitas.

2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pembelajaran dan evaluasi bagi keberlangsungan kehidupan lansia agar dapat menjadi lansia yang bahagia.

Selain itu dapat digunakan sebagai panduan bagi para konselor atau praktisi yang menangani berbagai permasalahan pada lansia terutama pada lansia terlantar.

## **E. Kajian Pustaka**

Dari berbagai penelitian yang telah diteliti sebelumnya, ditemukan beberapa penelitian berkaitan dengan stres dan coping religius pada lansia terlantar tetapi penelitian ini memiliki perbedaan yang signifikan. Diantara penelitian tersebut, yaitu:

Pertama, penelitian dengan judul “Tingkat Stess lansia di Panti Wredha Pucang Gading Semarang, yang ditulis oleh Yeniari Indriani dkk di Jurnal Psikologi Undip Vol.8 No.2 Oktober 2010, menyebutkan bahwa peneliti melakukan penelitian tentang tingkat stres, sumber stres dan faktor penyebab stres lansia yang tinggal di Panti Wredha. Terdapat 5 faktor terbesar yang menyebabkan stres, yaitu perubahan dalam aktifitas harian, perubahan dalam hubungan social terutama di keluarga, adanya kematian pasangan, kematian anggota keluarga, perubahan dalam menentukan hasrat (keinginan rekreasi, olah raga) dan perubahan dalam dunia kerja. Beberapa faktor tersebut yang menjadi penyebab tingkatan stres yang tergolong tinggi di Panti Wredha Pucang Gading.<sup>14</sup>

Kedua, penelitian dengan tema Coping Religius dengan Stres pada Narapidana non Residivis di LP Kelas II A Wirogunan Yogyakarta. Skripsi ini merupakan karya penelitian Layli Mumbaasithah dari Program Studi Psikologi Fakultas Islam dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2017. Judul skripsi tersebut memberikan gambaran penelitian adanya hubungan antara stres dengan coping religius, dengan hasil bahwa tingginya coping religius positif, rendahnya stres yang dialami napi dan semakin tinggi coping religius yang negative semakin tinggi pula stres pada napi. Artinya Coping religius memiliki andil yang cukup besar dalam mengatasi stres.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> Yeniari dkk, “Tingkat Stres Lansia di Panti Wredha “Pucang Gading” Semarang”, Jurnal Psikologi Undip, Vol. 8, 2010, 87.

<sup>15</sup> Layli Mumbaasithoh, “Hubungan Coping Religius Dengan Stres Pada Narapidana Non Residivis di Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Wirogunan Yogyakarta”, Skripsi, Yogyakarta: UIN SUKA Yogyakarta, 2017.

Ketiga, judul penelitian yang bertema Koping Religius dan Kebahagiaan Psikologis Pada Lanjut Usia oleh Faiz A. Penelitian dilakukan oleh Rachmawati dan H. Fuad Nashori dalam jurnal Psikologika Volume 18 Nomor 2 Tahun 2013. Dengan menggunakan metode kuantitatif, peneliti menyebutkan bahwa adanya korelasi yang positif antara koping religius dengan kebahagiaan psikologis. Semakin tinggi koping religiusnya semakin besar pula peluang untuk mendapatkan kebahagiaan psikologis.<sup>16</sup>

Keempat, terdapat penelitian yang ditulis oleh Tiyas Yasinta dengan tema penelitian Koping Religius Pada Mualaf. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Subyek yang terdapat pada penelitian ini dari berbagai agama yang berbeda. Adapun hasilnya adalah individu mengalami stres ringan dan koping berfokus pada emosi. Bentuk koping yang telah digunakan merupakan koping religius positif dan strategi koping religius yang digunakan merupakan ialah *collaborative*, *self-directing* dan *deferring*.<sup>17</sup>

Dari empat penelitian di atas mengenai stres dan koping religius pada lansia terlanjar, belum ditemukan adanya penelitian yang mengkaji tentang stres dan koping religius pada lansia terlanjar. Penelitian ini cenderung berbeda dengan penelitian sebelumnya.

## **F. Kerangka Teoritis**

### **1. Lansia Terlanjar**

#### **a. Pengertian Lansia**

Salah satu proses yang dialami oleh makhluk hidup adalah proses menjadi tua.<sup>18</sup> Laslett membedakan antara istilah menjadi tua dan lanjut usia. Menjadi tua (*aging*) merupakan proses biologis yang dialami secara terus-menerus sepanjang hidup manusia. Sedangkan lanjut usia (*old age*)

---

<sup>16</sup> Faiz A. Rachmawati dan H. Fuad N, "Koping Religius dan Kebahagiaan Psikologis Pada Lanjut Usia", Jurnal Psikologi, Vol. 18 No. 2, 2013.

<sup>17</sup> Tiyas Yasinta, "Koping Religius pada Individu yang Melakukan Konversi Agama", Tesis, Yogyakarta: UIN SUKA Yogyakarta, 2017.

<sup>18</sup> Suardiman, Siti Partini, *Psikologi usia lanjut*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2016), h. 1

adalah istilah untuk tahap akhir dari proses penuaan yang merupakan bagian dari perkembangan manusia.<sup>19</sup>

Lansia atau fase lanjut usia adalah kelompok individu yang mengalami tahap proses pada perubahan dalam kurun waktu beberapa tahun.<sup>20</sup> Lansia atau fase usia lanjut sebagai tahap akhir dari fase perkembangan manusia yang merupakan tahap perkembangan yang normal. Hal ini merupakan suatu anugerah dan menjadi sebuah kenyataan yang tidak bisa dihindari. Lanjut usia juga merupakan usia tahap akhir sebagai periode penutup dari kehidupan seseorang di dunia. Dalam periode ini seseorang akan beranjak dari kehidupan sebelumnya yang lebih menyenangkan dan biasanya akan berakhir dengan sebuah penyesalan ketika mengingat masa lalunya.<sup>21</sup>

Tahap terakhir dari rentang kehidupan manusia biasanya dibagi menjadi dua. Tahap usia lanjut dini, yang dimulai dari usia 60 sampai 70 tahun, dan usia lanjut yang mulai usia 70 tahun sampai akhir kehidupan seseorang. Artinya seseorang dikatakan tua ketika usia mencapai 60 tahun dan ketika sudah 70 tahun ke atas dikatakan sebagai lanjut usia.<sup>22</sup>

Untuk mengidentifikasi kapan seseorang bisa dikatakan tua bisa dilakukan dengan beberapa konsep. Pertama, usia biologis yaitu usia yang didasarkan pada kapasitas fisik/biologis seseorang. Kedua, usia kronologis yaitu usia seseorang yang dihitung berdasarkan pada umur kalender. Namun kedua pendekatan ini terkadang terjadi ketidaksesuaian, karena ada beberapa individu yang keluar dari adat kebiasaan usia seseorang. Misalnya, memiliki uban akan tetapi sebenarnya secara kronologis usianya masih

---

<sup>19</sup> Wiji Hidayati dan Sri Purnami, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: TERAS, 2008), h. 154

<sup>20</sup> Notoatmodjo, Soekidjo, *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*, Jakarta: Rieneka Cipta, 2007, h.279

<sup>21</sup> Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1991), h. 380

<sup>22</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), h. 253



muda. Atau secara kronologis sudah dikatakan tua, tetapi fisiknya masih sangat muda.<sup>23</sup>

Selanjutnya terdapat usia psikologis, yang menunjukkan perbedaan kapasitas adaptif individu dengan orang lain pada usia kronologis yang sama. Usia fungsional, yang mengukur tingkat kemampuan individu dibandingkan dengan individu lain dalam melaksanakan fungsi di masyarakat. Usia sosial, menunjukkan sejauh mana peran social individu dibanding yang lainnya dalam usia kronologis yang sama. Usia subyektif, usia berdasarkan perasaan subyektifnya, merasa lebih tua atau lebih muda dari usia kronologisnya. Dan usia rekigius, yang menunjukkan tingi rendahnya tingkat rekigius seseorang.<sup>24</sup>

Di Indonesia, hal yang berkaitan dengan lanjut usia diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Dalam pasal 1 ayat 2 UU tersebut dinyatakan bahwa, yang dikatakan sebagai lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.<sup>25</sup>

Peraturan Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta No. 3 Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Lanjut Usia membagi lanjut usia dalam beberapa kategori. Dalam pasal 1 ayat 10 dan 11, menyebutkan bahwa Lanjut Usia Potensial, adalah seseorang dengan usia 60 tahun atau lebih yang masih mampu melakukan pekerjaan dan/atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang dan/atau jasa. Dan Lanjut Usia Tidak Potensial adalah lanjut usia yang tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada orang lain. Dan dalam pasal 1 ayat 12, menyebutkan tentang penyebutan Lanjut Usia Terlantar yang tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya karena faktor-faktor tertentu.<sup>26</sup>

---

<sup>23</sup> Suardiman, Siti Partini, *Psikologi Lanjut Usia*, (Yogyakarta: Gajah Mada Press, 2016), h. 3

<sup>24</sup> Indriana, Yeniar, *Gerontologi dan Progeria*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2012), h. 19-20

<sup>25</sup> BPS.(2019), *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2019*, (Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2019)

<sup>26</sup> Perda DIY Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Lanjut Usia



Pandangan orang timur terutama orang Indonesia terhadap kedudukan lanjut usia dapat dikatakan sangat menguntungkan. Karena memiliki pandangan hidup berupa pemberi restu, dan memiliki kepercayaan bahwa apabila melecehkan orang tua akan sengsara dan terhambat rejekinya. Thomae dalam Monks menyatakan bahwa citra orang lanjut usia merupakan hasil interaksi antara individu dan lingkungannya. Dan pola-pola orang menjadi tua merupakan sebuah proses yang komprehensif antara biologis, social dan persepsi motivasionalnya.<sup>27</sup>

Islam menggambarkan lanjut usia merupakan keadaan yang penuh dengan keterbatasan. Sebagaimana firman Allah:

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ ۗ وَمِنكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ  
بَعْدَ عِلْمٍ شَدِيدًا ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ

Artinya: “Dan Allah telah menciptakan kamu, kemudian mewafatkannya, di antara kamu ada yang dikembalikan kepada usia yang tua renta (pikun), sehingga dia tidak lagi mengetahui sesuatu yang pernah diketahuinya. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha Kuasa”.  
(QS. An-Nahl:70)<sup>28</sup>

#### b. Pengertian Lansia Terlantar

Dalam Undang-Undang No. 12 Tahun 1998 tentang dan Permensos No.19 Tahun 2012, disebutkan bahwa kategori Lanjut Usia Terlantar adalah seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih yang tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya karena faktor-faktor tertentu. Individu dengan kategori lanjut usia (lansia) terlantar dipandang sebagai penyandang Masalah kesejahteraan social (PMKS), karena memiliki hambatan, atau kesulitan untuk melaksanakan fungsi sosialnya sehingga tidak bisa memenuhi kehidupan hidup jasmani, rohani, maupun sosialnya secara memadai dan wajar.

---

<sup>27</sup> F.J. Monks, Dkk, *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gajah Mada University, 2002), h. 334-337

<sup>28</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV. Penerbit Diponegoro, 2-13), h. 274

Kriteria yang disebutkan dalam lampiran Permensos bahwa lansia terlanjar masuk dalam PMKS karena memiliki kehidupan yang tidak layak secara kemanusiaan dan memiliki kriteria masalah sosial, yaitu berupa kemiskinan dan keterlanjaran. Mereka tidak mampu memenuhi kebutuhan dasarnya seperti pangan, sandang, dan papan serta terlanjar secara psikis dan sosial.<sup>29</sup>

c. Berbagai Perubahan Pada Lanjut Usia

1. Perubahan Fisik Pada Lanjut Usia

Perubahan fisik lansia meliputi penurunan fisik akan berlangsung secara alamiah. Penurunan pada aspek fisik meliputi perubahan rangka tubuh, kerasnya tulang yang mengakibatkan mudah patah, system syaraf menurun yang mengakibatkan menurunnya kecepatan belajar dan mudah lupa, kehilangan elastisitas kulit, menurunnya fungsi alat indera, potensi organ reproduksi, dan kecepatan motorik, serta menuanya organ tubuh yang berakibat rentan terhadap penyakit degenerative.<sup>30</sup>

Proses perubahan secara fisik yang diiringi dengan kesadaran lansia untuk membina kesehatannya, adanya peran serta keluarga dan masyarakat dalam memberikan pelayanan lansia, dan pelayanan mutu kesehatan lansia merupakan upaya positif yang akan meminimalisir dampak negative dari penurunan fungsi fisik lansia.

2. Perubahan Kognitif

Departemen Kesehatan RI (1998) menyatakan bahwa terdapat beberapa kemunduran kognitif yang akan berpengaruh pada lansia, diantaranya adalah mudah lupa, ingatan tidak berfungsi dengan baik, ingatan masa lalu lebih baik dari pada mengingat hal-

---

<sup>29</sup> Lampiran Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia No. 08 Tahun 2012 tentang Pedoman Pendataan dan Pengelolaan Data Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dan Potensi Sumber Kesejahteraan Sosial

<sup>30</sup> Suardiman, Siti Partini, Psikologi usia lanjut, h. 36-37

hal yang baru saja terjadi, skor intelegensi menjadi lebih rendah, dan tidak mudah menerima ide baru.<sup>31</sup>

### 3. Perubahan Psikososial

Pensiun merupakan faktor yang berpengaruh besar pada perubahan psikososial lansia, karena ia akan mengalami banyak kehilangan, antara lain kehilangan finansial, status, teman, pekerjaan, merasakan sadar akan dekatnya kematian, pergerakan yang terbatas, ekonomi yang sulit akibat berkurangnya penghasilan, adanya penyakit kronis, gangguan syaraf panca indera, gangguan gizi, serta hilangnya kekuatan dan ketegapan fisik yang mengakibatkan perubahan terhadap gambaran diri, dan perubahan konsep diri.<sup>32</sup>

### 4. Perubahan Sosio Emosional

Emosi lansia dalam kaitannya dengan relasi yang terjadi baik dengan keluarga, teman, ataupun lingkungan masyarakat sangatlah beragam. Menurut Aristoteles, masalah yang muncul bukanlah berkenaan dengan emosi itu sendiri, akan tetapi bagaimana kesesuaian (*appropriateness*) dari emosi dengan ekspresi emosi yang ditampakkan. Esensi semua emosi yang terdiri dari komponen perasaan, tindakan menghayati perasaan, dan kesadaran akan pengalaman adalah kondisi untuk bertindak (*a state of being moved*). Disini individu dihadapkan pada situasi agar ketika bertindak dapat mengontrol emosi secara cerdas.<sup>33</sup>

Keluarga merupakan sumber utama terpenuhinya kebutuhan emosional. Besarnya dukungan keluarga terhadap lansia akan menimbulkan rasa bahagia, demikian pula sebaliknya. Penyesuaian

---

<sup>31</sup> Departemen Kesehatan RI, *Pedoman Pembinaan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan II Materi Pembinaan*, (Jakarta: Departemen Kesehatan, 1998)

<sup>32</sup> Mujahidullah, Khalid, *Keperawatan Geriatrik, Merawat Lansia Dengan Cinta dan Kasih Sayang*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h.

<sup>33</sup> Suardiman, Siti Partini, *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gajah Mada Press, 2016), h. 97

dalam keluarga yang dianggap penting adalah hubungan dengan pasangan hidup, perubahan perilaku seksual, hubungan dengan anak, ketergantungan dengan orang tua, dan hubungan dengan para cucu.<sup>34</sup>

Koping religius relevan dipahami karena cenderung mempunyai pengaruh besar terhadap adanya proses penyelesaian masalah yang dialami oleh lansia terlantar. Berbagai permasalahan atau kesulitan yang dialami lansia terlantar menyebabkan perlu adanya respon yang tepat. Dengan adanya respon yang tepat akan semakin mendekatkan diri dan mempersiapkan bekal dengan sebaik-baiknya untuk menghadap Allah SWT.

Allah berfirman dalam surat Al-Baqarah (2) ayat 153:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: *“Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan dengan sabar dan sholat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”*<sup>35</sup>

Sabar dan sholat adalah salah satu sarana yang bisa dilakukan oleh individu apabila sedang menghadapi masalah yang mengakibatkan stres. Dengan berperilaku sabar dan melaksanakan sholat sebagai dalam diharapkan individu akan menjadi lebih tenang dan mampu bertahan hidup dengan lebih bahagia.

Dalam Islam juga mengenal keyakinan bahwa setelah mengalami kesulitan akan datang kemudahan. Sebagaimana firman Allah yang terdapat dalam Al Qur'an surat Al-Insyirah (94) ayat 5:

---

<sup>34</sup> Hurlock, Elizabeth B., *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1993), h. 420

<sup>35</sup> Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahnya Departemen Agama RI, (Semarang: PT. K Arya Thoha Putra, 2002) h. 29

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya “Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”<sup>36</sup>

Ayat ini disangatkan kembali oleh ayat selanjutnya dalam surat yang sama, yaitu:

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: “Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”<sup>37</sup>

Ayat ini mempertegas bahwa di setiap ada kesulitan Allah sudah menyiapkan kemudahan. Lansia dituntut untuk bisa berpositif thinking terhadap apapun keadaan yang terjadi. Apabila berfikiran positif, lansia akan mampu berfikir jernih ketika mengalami suatu hal yang tidak menyenangkan dan akan mampu bersikap optimis dalam menyongsong kesulitan. Sehingga keputusan yang diambil menjadi tepat karena senantiasa bersandar pada keyakinan bahwa akan ada nikmat di balik ujian yang tampak.

Demikian juga yang disampaikan dalam firman Allah surat Al-Muddatstsir ayat 1-5:

يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ قُمْ فَأَنْذِرْ وَرَبَّكَ فَكَبِّرْ وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ وَلَا

تَمُنُّنَ تَسْتَكْبِرُ وَلِرَبِّكَ فَاصْبِرْ

Artinya: “ Wahai orang yang berselimut. Bangunlah, lalu berilah peringatan. Dan agungkanlah Tuhanmu. Dan bersihkanlah pakaianmu. Dan tinggalkanlah segala (perbuatan) yang keji. Dan janganlah engkau (Muhammad) memberi (dengan maksud) mendapat (balasan) yang lebih banyak. Dan karena Tuhanmu, bersabarlah ”.<sup>38</sup>

<sup>36</sup> Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahnya Departemen Agama RI, (Semarang: PT. Thoha Putra, 2002) h.902

<sup>37</sup> Ibid, h.92

<sup>38</sup> Ibid, h. 849



Ayat tersebut menjadi pedoman bagi hamba-Nya agar bersikap kuat dan meninggalkan segala bentuk kelemahan. Kekuatan yang dibangun atas dasar ketaatan kepada Tuhan (religiusitas) menjadikan individu akan mampu bersikap dengan tepat dengan kesabarannya dalam menyelesaikan persoalan dalam kehidupannya.

Di samping sholat dan sabar, Islam juga mengenal konsep tawakkal. Menurut Dr. Yusuf Al Qardhawi tawakkal adalah ibadah hati yang paling afdhal dan agung dari berbagai akhlak keimanan lainnya. Tawakkal juga merupakan bentuk ibadah dengan memohon pertolongan dan penyerahan diri secara totalitas kepada Allah.<sup>39</sup> Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat Ali Imran (3) ayat 159:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا  
مِنْ حَوْلِكَ ۗ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ۗ فَإِذَا عَزَمْتَ  
فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

*Artinya: "Maka berkat rahmat Allah engkau (Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekitarmu. Karena itu maafkanlah mereka dan mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sungguh, Allah mencintai orang yang bertawakal."*<sup>40</sup>

Dengan adanya koping religius yang digunakan lansia baik dengan melaksanakan ibadah, bersikap sabar dan tawakkal, maka akan hal tersebut akan berdampak pada respon ketika menghadapi

<sup>39</sup> Yusuf Al-Qardhawi, Tawakkal Jalan Menuju Keberhasilan dan Kebahagiaan Hakiki, (Jakarta: PT. Prima Al-Mawardi Prima, 2004), h.5

<sup>40</sup> Al-Qur'an Al-Karim Departemen Agama RI, h.90



tekanan/stres. Sehingga dapat memberikan reaksi yang tepat ketika menghadapi masalah, yang dalam terminologi psikologi disebut dengan coping. Hal ini juga diharapkan dapat menjadi pembelajaran pada lansia terlantar lainnya dalam menghadapi permasalahan yang identik. Peneliti menggunakan coping religius dikarenakan coping itu sendiri masih general, tanpa dikaitkan dengan dimensi religi. Sedangkan coping religius merupakan coping yang sudah dikaitkan dengan nilai-nilai keagamaan.

## 2. Stres

### a. Pengertian Stres

Selye dalam Gerald mendefinisikan adanya respon yang muncul dikarenakan beberapa keadaan yang terjadi disekitar disebut dengan stres. Selain itu didasarkan pada sesuatu yang cenderung sangat beragam seperti emosional, deteriorasi kinerja, penderitaan atau dengan adanya perubahan fisiologis contohnya meningkatnya hormon tertentu atau peningkatan konduktans kulit<sup>41</sup>, yang pada akhirnya aktivitas individu cenderung berkurang karena terdampak oleh tekanan/stres.

Jerrold S.G menyebutkan sesuatu yang dapat menimbulkan reaksi tekanan disebut dengan stres.<sup>42</sup> Pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa respon yang muncul ketika menghadapi tekanan disebut stres.

Sutardjo bendefinisikan stres ialah respon organisme yang digunakan untuk proses penyesuaian dengan berbagai ancaman yang sedang terjadi. Ancaman yang terjadi merupakan sesuatu yang faktual atau baru terjadi, atau biasa disebut dengan depresi yang terjadi secara aktual. Stres ringan dan stres berat merupakan pengklasifikasian stres. Stres berat cenderung kuat, sangat cepat dan berlangsung sangat lama dalam proses adanya gangguan pada individu. Adapun, stres ringan akan terasa setelah

---

<sup>41</sup> Gerald C. Davision, John M. Nieale, Ann M, Kring, *Psikologi Abnormal* ( Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2010), 274.

<sup>42</sup> Jerrold S.G, *Comprehensive Stres Management* (New York: McGraw-Hill, 2006), 3.

jangka beberapa waktu.<sup>43</sup> Dalam proses klasifikasi seseorang terindikasi stres yang ringan atau stres berat dapat diperhatikan pada dampak dan waktu setelah mengalami tekanan/stres yang dirasakan.

Hans Selye dalam Ashar mendefinisikan bahwa, suatu abstraksi disebut dengan stres. pembangkit stres (*stressor*) tidak dapat disaksikan oleh individu. Efek dari pembangkit stres merupakan sesuatu yang dapat disaksikan. Pertama kali individu mengalami keadaan penuh stres maka yang akan terjadi adalah dalam badan akan muncul mekanisme pertahanan diri secara otomatis.<sup>44</sup> Individu akan memberikan reaksi terhadap stres berdasarkan *stressor* berbeda-beda.

Menurut EP. Gintings dalam Kholil, stres merupakan reaksi tubuh manusia terhadap setiap tuntutan seseorang dalam beberapa hal. *Pertama*, kelelahan dan keletihan akibat kehidupan. *Kedua*, suatu keadaan yang dinyatakan oleh suatu sindroma khusus dari peristiwa biologis baik menyenangkan maupun tidak. *Ketiga*, mobilisasi pembelaan tubuh yang memungkinkan adaptasi terhadap peristiwa kekerasan atau ancaman yang dialami. *Keempat*, terganggunya mekanisme keseimbangan dalam diri seseorang yaitu keseimbangan luar yang sifatnya fisik, mental atau spiritual. Maka, perubahan yang mendadak sifatnya tidak menyenangkan atau menyenangkan. *Kelima*, mengecilnya potensi seseorang karena adanya luka-luka perasaan, beban berat dan kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi dalam diri seseorang.<sup>45</sup> Adanya berbagai aspek yang telah disebutkan seseorang cenderung merasakan sebagian atau bahkan secara keseluruhan beberapa konsep yang tergantung yang telah digunakan.

Stres ialah respon, stres ialah stimulus dan stres ialah interaksi antara individu dengan lingkungan merupakan klasifikasi yang disebutkan oleh Bar Smet dalam Kuntjojo. Stres merupakan hubungan antara individu

---

<sup>43</sup> Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal* ( Bandung: Refika Aditama, 2005 ), 44.

<sup>44</sup> Ashar Sunyoto Munandar, *Psikologi Industri dan Organisasi* ( Jakarta: UI Press, 2008 ), 371.

<sup>45</sup> Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental* ( Yogyakarta: Fajar Media Press, 2010), p. 107.

dengan stresor merupakan klasifikasi yang ditambahkan Kuntjojo dari teori Bar Smet. Faktor-faktor yang ada di lingkungan tidak hanya menjadi bagian dari stres. Hubungan individu dengan stresor dapat dimaksud bahwa individu merasakan stres karena adanya sumber stres.stres.<sup>46</sup> Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa sumber stres atau *stresor* berhubungan sangat erat dengan individu yang mengalami tekanan/stres.

Bartleet dalam Nasib Tua Lumban Gaol menyebutkan focus pada sumber-sumber stres pada aspek yang lain disebut dengan stres stimulus.<sup>47</sup> Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sumber stres disebut dengan stres stimulus. Menurut Kusniati dan Desminiarti dalam penyebab stres digolongkan menjadi 3 yaitu:<sup>48</sup>

- a) Stres fisik, disebabkan karena adanya perubahan suhu, sinar yang mengganggu, tersengat arus listrik atau adanya suara yang bising.
- b) Stres kimiawi, disebabkan karena adanya obat-obatan atau zat beracun.
- c) Stres fisiologi, disebabkan karena gangguan fungsi organ yang menyebabkan fungsi tubuh cenderung tidak normal.

Sutardjo yang mengklasifikasikan stres menjadi 2 yakni stres berat dan stres ringan. Stres yang berat cenderung lebih cepat, kuat, dan lebih lama dalam proses membangkitkan dalam diri individu selain itu stres ringan terasa dampaknya setelah beberapa waktu<sup>49</sup> Adapun beberapa tekanan/stres yang cenderung dialami oleh lansia dari paparan diatas diantaranya yaitu: perasaan tidak berharga, kecemasan terkait kehidupan selanjutnya, kesepian dan perasaan yng serba salah.

---

<sup>46</sup> Kuntjojo, *Diktat Psikologi Abnormal* (Kediri: Universitas Nusantara PGRI, 2009) P. 45-46.

<sup>47</sup> Nasib Tua Lumban Gaol, "Teori Stres: Stimulus, Respon, dan Transaksional," Buletin Psikologi, Vol. 24, No. 1,1-11, 3.

<sup>48</sup> Musradinur, "Stres dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi," Jurnal Edukasi, Vol. 2 No. 2, 2016, 196.

<sup>49</sup> Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal* ( Bandung: Refika Aditama, 2005 ), p.53

Berdasarkan pemaparan pada bagian latar belakang, menunjukkan bahwa stres yang dialami oleh lansia berasal dari dirinya atau bersifat (*intern*) dan berasal dari luar dirinya (*ekstern*). Stres *intern* cenderung terjadi karena adanya penurunan fungsi fisik sedangkan stres *ekstern* cenderung muncul karena berbagai permasalahan yang berada di sekitar lansia tersebut, misalnya: pasangan meninggal dunia, aset terjual semua, tidak ada keluarga yang menerima dan kesulitan tempat tinggal. Jika tekanan/stres yang dialami lansia tidak diklasifikasikan sesuai dengan teori Sutardjo maka cenderung terdapat kesulitan dalam memberikan bantuan untuk menetralkan atau menghilangkan stres yang dialami oleh lansia terlanjar.

### 3. Koping

#### a. Pengertian Koping

Koping berasal dari kata *koping* yang secara harfiah yaitu mengatasi atau menanggulangi. *Koping* berasal dari kata *to cope with*= menyelesaikan atau menanggulangi. Koping sering diartikan sebagai *problem solving* (penyelesaian masalah). Tetapi pemecahan masalah berfokus pada proses kognitif dan permasalahan yang bersifat kognitif pula. Menurut Siswanto, definisi koping yang cenderung tepat adalah reaksi individu untuk menguasai situasi yang bersifat mengancam, menantang atau berbahaya.<sup>50</sup> Dari definisi dapat dianalisa bahwa koping merupakan respon yang timbul pada individu saat mengalami sesuatu yang menekan/mengancam dirinya.

#### b. Dimensi koping

Usaha individu agar dapat menyelesaikan emosi yang timbul, pada umumnya cenderung memiliki sifat negatif. Folkman dan Lazarus dalam Gerald mengklasifikasikan dimensi koping menjadi dua yakni:<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan dan Perkembangannya* (Yogyakarta: Andi, 2007), 60.

<sup>51</sup> Gerald C. Davison dkk, *Psikologi Abnormal* (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2010), 275.

- 1) Koping yang berfokus pada masalah (*problem focused koping*) ialah proses pencarian informasi yang berupa tindakan yang sesuai untuk memecahkan permasalahan.
- 2) Koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused koping*) ialah reaksi emosional yang dilakukan untuk menetralkan tekanan/stres.

Adanya suatu proses untuk meminimalisir tekanan atau stres yang dialami disebut dengan dimensi koping. Individu yang memunculkan reaksi karena tekanan yang dialami karena adanya dinamika koping. Hal tersebut bertujuan agar tekanan/stres dapat dianalisa dan diklasifikasikan menjadi koping yang berfokus pada masalah atau emosi.

c. Jenis Koping

Koping negative dan koping positif merupakan klasifikasi dari jenis koping.

Weitten Lloyd dalam Gerald, koping yang negatif yaitu, *Pertama*, *giving up (withdraw)*, merupakan suatu kondisi ketika berada pada situasi stres memilih pergi dari kenyataan, contohnya sikap yang apatis, kehilangan semangat atau perasaan yang tidak berdaya, minum alcohol dan menggunakan obat yang terlarang. *Kedua* agresif, yaitu perilaku menyakiti orang lain yang ditunjukkan baik berupa ucapan atau tindakan. *Ketiga*, memanjakan diri sendiri (*indulging yourself*) yang mempunyai makna adanya perilaku konsumerisme yang cenderung berlebihan dengan cara merokok, memakan yang enak, meminum alcohol dan menggunakan dana agar dapat belanja barang-barang yang cenderung tidak dibutuhkan. *Keempat*, mencela diri sendiri (*blaming yourself*) kekurangan dirasakan penuh oleh dirinya. *Kelima*, pertahanan diri (*defense mechanism*) contohnya, rasionalisasi, berfantasi dan *overcompetition*.<sup>52</sup>Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa individu akan memilih jenis koping yang sesuai dengan respon yang dipilih individu tersebut.

---

<sup>52</sup> Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* ( Yogyakarta: Ircisod, 2012 ), 228.



Selanjutnya koping positif merupakan konstruktif pada upaya-upaya agar dapat meminimalisir stres dengan cara yang sehat. Koping yang positif mempunyai beberapa ciri-ciri yaitu: <sup>53</sup>

- 1) Proses ketika mengalami persoalan langsung, hal tersebut dimaksudkan sebagai evaluasi alternatif dengan rasional untuk proses penyelesaian persoalan.
- 2) Memberikan nilai atau mempersepsi peristiwa stres yang didasarkan pada pertimbangan rasional.
- 3) Mempunyai kemampuan pengendalian diri (*self control*) pada usaha menyelesaikan masalah/persoalan yang dialami.

Treatment yang digunakan individu dapat bersifat positif atau negatif ketika mengalami tekanan/stres.

#### 4. Religius

##### a. Definisi Koping Religius

Burdzy, Pargament dan Feullie dalam Mita menyebutkan bahwa proses pemahaman dan cara mengatasi tekanan/stres dengan cara yang sesuai dengan ajaran agama disebut dengan koping religius. <sup>54</sup> Gorsuch & McDonald dalam Muhana menyatakan koping religius ialah metode yang digunakan individu dengan proses keyakinannya ketika mengatur persoalan atau stres yang dialami <sup>55</sup> Paparan diatas diasumsikan koping religius merupakan respon individu saat mengalami tekanan atau stres dengan metode relevan dengan ajaran Tuhan yang sesuai dengan keyakinannya.

Religiusitas Koping religius memiliki hubungan erat dengan. Thouless mendefinisikan faktor yang terdapat pada perkembangan sikap keagamaan yang dijelaskan secara rinci, yaitu: <sup>56</sup> (1) Pengajaran atau proses

---

<sup>53</sup> Gerald, *Psikologi Abnormal*, 229.

<sup>54</sup> Mita Octaria, "Efektifitas Koping Religius Untuk Meningkatkan Koping religius Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi," *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 5 No. 1, 2013, 98.

<sup>55</sup> Muhana Sofiaty Utami "Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif," *Jurnal Psikologi*, Vol.39 No. 1, 2012, 49.

<sup>56</sup> Thouless Robert H, *Pengantar Psikologi Agama* (Jakarta: Rajawali Press, 2000), 34.



pendidikan dan adanya berbagai tekanan sosial merupakan dampak dari pengajaran. Faktor-faktor sosial yang ada dalam agama terdiri dari pengaruh pada keyakinan dan perilaku keagamaan, proses pendidikan yang diperoleh pada waktu kanak-kanan dan sikap individu berada di sekitar kita serta berbagai tradisi yang diperoleh pada waktu dahulu. (2) Adanya beberapa pengalaman, hal tersebut dimaksudkan sebagai sikap keagamaan terutama peristiwa yang mengenai yaitu keselarasan, keindahan, kebaikan di dunia, konflik moral dan pengalaman. (3) Keamanan, cinta kasih, harga diri, ancaman dan kematian merupakan faktor menggunakan koping religius ketika hal tersebut tidak terpenuhi. (4) Adanya beberapa proses pemikiran verbal (*faktor intelektual*).

Tingkat keberagamaan individu cenderung berpengaruh pada proses pengambilan keputusan pada perilaku keseharian. Jalaluddin Rakhmat menyatakan terdapat psikografi atau denah keberagamaan. Diantaranya yaitu:<sup>57</sup>

#### 1) Dimensi ideologis

Fase dari keberagamaan cenderung mempunyai hubungan yang seharusnya dipercaya. Doktrin agama atau kepercayaan merupakan dimensi yang mendasar dan hal ini yang membedakan agama yang satu dengan agama yang lain. Kepercayaan diklasifikasikan menjadi tiga yaitu: *pertama*, kepercayaan sebagai dasar esensial suatu agama contohnya, konsep percaya pada Nabi Muhammad SAW yang berada pada ajaran agama Islam. *Kedua*, Mempunyai hubungan terkait tujuan Ilahi pada proses penciptaan manusia yang disebut dengan kepercayaan. Ketiga, kepercayaan berhubungan dengan metode yang terbaik dengan tujuan pelaksanaan tujuan Ilahi. Contohnya, ajaran dalam agama Islam agar rajin bersedakah, menjaga hubungan baik dengan sesama manusia dan mengabdikan diri pada Allah SWT.

#### 2) Dimensi ritualistik

---

<sup>57</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama Sebuah Pengantar* (Bandung: Mizan, 2003), 45-47.

Dimesni ritualistik adalah dimensi yang berkaitan dengan keberagaman yang mempunyai hubungan dengan beberapa perilaku. Perilaku yang dimaksudkan adalah perilaku yang sifatnya khusus yang telah ditetapkan pada ajaran agama tertentu, contohnya praktik ibadah, taubat, pembaptisan, puasa atau melakukan tritmen khusus pada hari yang dianggap bersih atau suci.

3) Dimensi eksperensial

Dimensi eksperensial mempunyai hubungan yang berkaitan pada keagamaan yang berupa perasaan oleh pemeluk agama tertentu. Contohnya, khusyu' ketika melakukan ibadah sholat atau terdapat perasaan yang dekat dengan Tuhan seperti halnya yang dirasakan oleh para sufi.

4) Dimensi intelektual

Beberapa informasi yang sifatnya khusus yang harus pengikut agama tersebut mengetahuinya disebut dengan dimensi intelektual. Contohnya, dalam ajaran agama Islam terdapat pembelajaran ilmu Fiqih yang mengumpulkan fatwa-fatwa ulama yang berhubungan pada kegiatan treatment keagamaan dan perjanjian baru pada ajaran Kristen yang berisi tentang pengetahuan Kristus dan rasulnya dan berbagai contoh yang lain.

5) Dimensi konsekuensial

Tingkah laku individu yang tercermin dalam kehidupan keseharian yang merupakan dampak ajaran agama disebut dimensi konsekuensial. Bersifat negative atau positif tergantung dari tingkat sosial atau personal dari dampak ajaran agama yang diyakininya.

Dari Pemaparan di atas dapat diasumsikan coping religius pada individu cenderung dipengaruhi faktor psikografi agama. Tingginya tingkat keagamaan individu cenderung berpengaruh pada proses penyelesaian masalah yang berdampak pada perilaku keseharian. Jika tingkat keberagaman baik maka individu akan

mengaplikasikan ajaran agama yang dianutnya dan menjauhi segala bentuk larangan yang diajarkan dalam agamanya.

b. Strategi koping religius

Beberapa strategi koping religius menurut Pargament dalam Jamesn berdasarkan hasil penelitiannya, yaitu:<sup>58</sup>

- 1) *Collaborative*, dalam memecahkan masalah terdapat peran individu dan Tuhan secara bersama-sama dalam pengambilan keputusannya.
- 2) *Self-directing*, pada tindakannya individu merasa memiliki kemampuan dan sumber dalam memecahkan persoalan.
- 3) *Deferring* adalah strategi yang menyatakan bahwa Tuhan yang telah mengatur semua bentuk penyelesaian persoalan, dengan menggunakan isyarat atau tanda-tanda sebagai sarana komunikasi pada individu.

Strategi tersebut menunjukkan berbagai macam cara yang bisa digunakan idividu dalam menggunakan strategi koping religius yang cenderung berbeda-beda.

c. Jenis koping religius

Koening, Smith, Pargament dan Perez dalam Muhana mengklasifikasikan dua pola koping religius yaitu:<sup>59</sup> *pertama*, yang positif mempunyai makna, dalam aplikasinya individu mampu berdamai dengan Tuhan. Individu merasa telah mengaplikasikan nilai-nilai spiritualnya ketika berinteraksi dengan individu yang lain. *Kedua*, negatif artinya bentuk aplikasi yang tidak mampu berdamai dengan Tuhan, memiliki sikap pesimis dan tidak bahagia dalam berbagai keadaan dan tidak melakukan sikap religius agar dapat berkomunikasi dengan individu lain.

Dari pemaparan diatas maka dapat diklasifikasikan bahwa stress yang dialami lansia cenderung kompleks sehingga perlu mengetahui strategi dan jenis koping religius yang digunakan. Ketika melakukan respon atau

---

<sup>58</sup> James M. Nelson, *Psychology, Religion, and Spirituality* (New York: Springer Science Media, 2009), 322-323.

<sup>59</sup> Utami, *Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif*, 50.

koping ketika mengalami stress, lansia terlanjar cenderung menggunakan tindakan yang berbeda-beda. Dengan adanya teori Pargament yang menyebutkan bahwa strategi koping religius diantaranya, *Collaborative*, *Self-directing* dan *Deferring* akan lebih mudah dalam menentukan treatment yang dilakukan oleh Pembina atau ustadz/ustadzah di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia. Selain itu adanya teori pola koping religius yang dikemukakan Koenig, Smith, Pargament dan Perez dapat sebagai dasar pola positif atau negative yang dilakukan oleh lansia terlanjar ketika mengalami stress. Sehingga dengan demikian ketika pola yang digunakan adalah negative maka Pembina atau pengasuh dapat segera memberikan arahan agar warga binaan dapat menggunakan koping religius yang positif.

## G. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Naturalistik menjadi hal yang disandingkan dengan penelitian kualitatif adanya keadaan yang natural.<sup>60</sup> Penelitian kualitatif dipilih karena bertolak terhadap pandangan dasar yang dimiliki yaitu: Pertama, realitas kehidupan manusia yang subjektif, bukan merupakan sesuatu dari individu, kedua, hukum alam tidak dipatuhi oleh manusia karena berada diluar dirinya. Ketika, sains yakni pengetahuan sehari-hari. Induktif, idiografis dan bebas nilai merupakan dasar dari pengetahuan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, karena pendekatan kualitatif mengkaji dan menganalisis stres dan koping religius lansia terlanjar. Fenomenologi digunakan dengan alasan peneliti hanya sebatas ingin mengetahui tentang stres dan koping religius pada lansia terlanjar.

### 2. Latar dan Subyek Penelitian

---

<sup>60</sup> Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2014), 8.

Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Madania Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan tempat penelitian yang dipilih. Ketua LKS-LU, pengasuh dan para lansia terlantar merupakan subyek penelitian. Riset dilaksanakan di LKS-LU Madania Bantul, Yogyakarta dengan adanya pertimbangan:

- a. LKS-LU Madania adalah lembaga yang berupaya memberikan bantuan untuk lansia terlantar dengan memberikan pemenuhan kebutuhan pokok seperti sandang, pangan dan papan serta memberikan *life skill*.
- b. LKS-LU Madania mempunyai latar belakang masalah yang bermacam-macam.
- c. LKS-LU Madania adalah organisasi sosial yang memberikan pelayanan dan pembinaan terhadap lansia terlantar.

Pada penelitian kualitatif terdapat populasi dengan kata lain bahwa karakteristik dan kualitas merupakan bagian generalisasi yang berada pada informan. Adapun bagian populasi adalah informan.<sup>61</sup> Teknik *sampel purposive sampling* yang digunakan dalam penelitian ini karena kebebasan memilih subyek merupakan hak peneliti. Observasi yang dilakukan dalam proses penelitian agar memperoleh gagasan yang berguna ketika proses pengambilan sampel.<sup>62</sup>

Bola salju dan berantai merupakan teknik sampling yang digunakan.<sup>63</sup> Hal tersebut untuk mengetahui secara mendalam stres dan coping religius yang dilakukan oleh lansia terlantar. Terdapat beberapa kriteria pada teknik bola salju yaitu:

1. Ketua LKS-LU Madania yang mengontrol dan mengevaluasi kegiatan para lansia terlantar

---

<sup>61</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014) 216.

<sup>62</sup> Rully Indrawan dan Poppy Yaniati, *Metodologi Penelitian* (Bandung: Refika Aditama, 2014), 216.

<sup>63</sup> Michael Queen Patton, *Metode Evaluasi Kualitatif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009) 89.



2. Pengasuh yang mengetahui tentang para lansia terlantar. Dan memberikan pelayanan bagi lansia terlantar.
3. Beberapa lansia terlantar yang mempunyai tekanan/stres.

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu misalnya, individu cenderung mengetahui informasi yang diinginkan oleh peneliti.

### 3. Dimensi Penelitian

Dimensi penelitian ialah faktor-faktor, operasionalisasi variabel yang selayaknya dipelajari yang kemudian digunakan agar terdapat arahan proses pengukuran.<sup>64</sup> Variabel yang menjadi tema pada penelitian merupakan dimensi penelitian. Adanya variabel di lapangan ialah terkait stres dan koping pada lansia terlantar. Variable penelitian dijelaskan sebagai berikut:

#### a. Stres dan koping

Kaitan antara stres dan koping cenderung erat. Seseorang melakukan koping karena adanya pengaruh yang muncul karena tekanan/stres. Keduanya merupakan aspek yang cenderung saling berkaitan dan sulit dipisahkan. Adapun informasi tentang strategi koping rekigius yang cenderung ditemukan dilapangan yaitu:

- 1) Stres atau tekanan yang dialami oleh lansia terlantar
- 2) Koping yang digunakan lansia terlantar ketika mengalami tekanan/stres.

#### b. Koping Religius

Ketika individu melakukan respon dengan menghubungkan ajaran agama ketika menyelesaikan persoalannya disebut dengan koping rekigius. Berbagai informasi yang akan didapat diantaranya:

- 1) Proses lansia terlantar dalam menggunakan koping religius dalam menyikapi persoalan yang dihadapi.

---

<sup>64</sup> Materi perkuliahan mata kuliah Metodologi Penelitian yang disampaikan oleh Aziz Muslim di ruang perkuliahan Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga pada 14 November 2016.



2) Mengklasifikasikan jenis dan strategi koping religius yang digunakan.

c. Lansia Terlantar

Lansia terlantar merupakan seseorang yang berusia 60 tahun lebih yang tidak mempunyai pekerjaan, penghasilan dan ditelantarkan oleh keluarga inti. Peneliti berkeinginan memperoleh informasi tentang: stres yang dirasakan lansia terlantar, koping yang digunakan saat mengalami tekanan dan faktor yang berpengaruh terhadap individu sehingga menggunakan koping religius ketika mengalami tekanan/stres pada lansia terlantar.

4. Data dan Sumber Data

Data dan sumber data ialah adanya konsep yang didasari pada sudut pandang dalam topik penelitian. Perolehan perencanaan perolehan data diantaranya sebagai berikut:

Tabel 2. Data dan Sumber Data

<b>NO</b>	<b>Permasalahan yang akan diteliti</b>	<b>Data yang diperlukan</b>	<b>Metode pengambilan data</b>	<b>Sumber Data</b>
1	Lansia terlantar yang mengalami stres	1. Stres atau tekanan yang dialami oleh lansia terlantar	Observasi, wawancara, dan dokumentasi	Ketua LKS-LU dan Lansia terlantar
2	Reaksi/koping yang digunakan saat mengalami tekanan/stres	2. Koping yang dilakukan ketika menghadapi stres.	Adanya wawancara dan observasi	Pengasuh dan Lansia terlantar
3	Pengaruh menggunakan koping religius	1. Pengaruh menggunakan koping religius	Adanya wawancara	Lansia terlantar

4	Bentuk koping religius	1. Bentuk koping religius yang digunakan lansia terlantar	Wawancara	Lansia terlantar
---	------------------------	---	-----------	------------------

## 5. Teknik Pengumpulan Data

Pada riset ini peneliti menggunakan metode kualitatif yang mempunyai sifat terbuka serta luwes, hal tersebut dimaksudkan bahwa pengumpulan data melalui (*indepth interview*) wawancara eksploratif dengan mendalam, observasi (*observation*) dan dokumentasi.

### a. Wawancara

Dialog/percakapan yang mempunyai tujuan tertentu disebut wawancara. Pembicaraan tersebut dilaksanakan dua pihak, yaitu yang mewawancarai (*interviewer*) dengan memberikan berbagai persoalan yang diajukan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawabannya.<sup>65</sup> Adapun wawancara ditujukan pada ketua LKS-LU Madania, para pengasuh, dan para lansia terlantar yang mempunyai latar belakang masalah keluarga yang bermacam-macam.

### b. Observasi

Metode pengamatan dan pengumpulan data atau pengindraan secara langsung pada suatu situasi dan tingkahlaku tertentu disebut observasi. Gambaran yang lebih jelas mengenai persoalan/permasalahan yang diteliti diperoleh dengan cara observasi. Observasi merupakan sarana mengumpulkan data yang sewajarnya. Adanya pengamatan yang sistematis dimaksudkan sebagai usaha untuk melakukan pengamatan terhadap kondisi yang semestinya dan apa adanya. Tidak diperkenankan untuk mengatur atau melakukan manipulasi terkait data yang diperoleh.<sup>66</sup> Non partisipan adalah jenis observasi yang digunakan. Gejala-gejala dalam topik penelitian merupakan peristiwa

<sup>65</sup> Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Rosdakarya, 2003), 186.

<sup>66</sup> Nasution, *Metode Research* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), 106.

yang dapat disaksikan pada saat observasi. Proses peneliti menyaksikan atau mendengar keadaan tertentu dan berperan pasif merupakan salah karakter observasi non partisipan.<sup>67</sup>

c. Dokumentasi

Metode untuk mengumpulkan data yang kemudian menghasilkan beberapa hal-hal penting yang mempunyai hubungan dengan persoalan yang diteliti disebut dokumentasi. Data yang diperoleh harus lengkap, valid dan bukan merupakan prediksi. Proses Analisa data berfungsi untuk pengumpulan data dengan dokumentasi.<sup>68</sup>

6. Teknik Analisa Data

Penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan fenomenologi dengan berbagai proses Analisa data yaitu: pertama, adanya proses reduksi data pada saat penelitian dilaksanakan dan tahap selanjutnya dipilih berdasarkan kebutuhan yang kemudian dideskripsikan. Kedua, data yang diperoleh disajikan yakni proses penyusunan data agar mudah dibaca dan selanjutnya ditarik kesimpulan yang disajikan secara naratif, dalam bentuk grafik, bagai atau bentuk matriks. Ketiga, proses kesimpulan yang ditarik dari hasil penelitian seharusnya selalu dilakukan pengecekan kembali pada saat berlangsungnya penelitian sehingga datanya valid.<sup>69</sup>

7. Validitas Data

Proses untuk mengetahui kevalidan atau keabsahan data pada penelitian disebut dengan validitas data. Triangulasi merupakan salah satu validitas yang digunakan dalam penelitian kualitatif. Adapun tehnik yang digunakan dalam proses uji keabsahan data pada penelitian ini adalah triangulasi. Verifikasi yang dilakukan sepanjang penelitian merupakan metode pada penelitian kualitatif. Data kemudian dituliskan/ dilaporkan

---

<sup>67</sup> Emzir, *Metode Penelitian Kualitatif Analisa Data* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), 40

<sup>68</sup> Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 158.

<sup>69</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 211.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari pembasan-pembahasan sebelumnya dapat ditarik beberapa kesimpulan yaitu:

1. Stres yang dialami oleh subyek yakni lansia terlantar diantaranya yaitu: menantu tidak suka, dimasukkan ke panti lansia, dihina, diusir, dicari-cari kesalahannya, pasangan meninggal dunia, anak-anak keulitan ekonomi, tidak diterima keluarga, hidup terasa berat, tidak ada saudara yang menerima dan tidak mempunyai tempat tinggal. Stres yang dirasakan lansia terlantar diklasifikasikan menjadi stres berat karena tekanan/stres yang dialami mengganggu nafsu makan, kesulitan tidur, stres, frustrasi yang berlangsung cenderung lama.
2. Koping yang digunakan ketika mengalami tekanan/stres pada lansia terlantar yaitu koping yang berfokus pada masalah dan koping yang berfokus pada emosi. Koping yang fokus pada emosi yaitu: sabar, berusaha ikhlas, sedih, hamper putus asa, dan kecewa. Koping berfokus pada solusi diantaranya: konsultasi pada pengasuh, tetap bertahan, berdiskusi, berusaha kuat dan mencari tempat tinggal.
3. Faktor yang berpengaruh terhadap individu dalam menggunakan koping religius ketika mengalami tekanan/stres pada lansia terlantar adalah: lansia mempunyai keyakinan yang kuat (dimensi ideologis), ibadah yang baik (dimensi ritualistik, mengalami pengalaman keagamaan (dimensi eksperensial), adanya ilmu dan pengetahuan baik (dimensi intelektual dan menggunakan konsep konsekuensi keagamaan (dimensi konsekuensial).
4. Bentuk koping religius yang digunakan lansia terlantar adalah dengan menggunakan ketiga strategi koping religius yakni: *collaborative*, *self-directing* dan *deferring*. Ketiga strategi tersebut digunakan karena terkadang subyek merasakan pemecahan masalah yang dilakukan karena peran dari Tuhan (*collaborative*). Terkadang pada masalah tertentu mereka merasa bahwa mempunyai kemampuan dan diberi kekuatan oleh sang

pencipta yaitu, Allah SWT supaya dapat menyelesaikan tekanan/stres yang dihadapi dengan baik *self-directing*. Ketika subyek (TGY, RN, ISM dan SR) mengalami tekanan/stres yang dirasakan sangat berat dan mereka merasakan tidak mampu menyelesaikannya, mereka menyerahkan sepenuhnya kepada Allah SWT. Meskipun pada awalnya subyek ISM menggunakan koping negative. Pada akhirnya, terkait tekanan/stres yang dialami yang disebut dengan *deferring*. bentuk koping yang digunakan adalah jenis koping religius positif . Empat subyek dalam penelitian cenderung mempunyai konsep yang baik dengan Allah SWT yang ditunjukkan pada fenomena di lapangan.

## **B. Saran**

1. Harapan peneliti terdapat riset yang lebih mendalam tentang koping religius pada lansia terlantar yang difokuskan pada lansia terlantar yang sama sekali tidak mempunyai pasangan dan mengalami tekanan/stres yang berat dalam waktu yang cenderung lebih lama.
2. Dinas Sosial selayaknya mempunyai program untuk melakukan pembinaan psikis terhadap lansia terlantar terutama di Lembaga Kesejahteraan swasta agar para lansia terlantar dapat menjalani kehidupannya lebih baik di dalam asrama.
3. Prodi Bimbingan dan Konseling Islam selayaknya dapat memberikan pelayanan konseling dan melakukan terapi untuk para lansia terlantar dalam bentuk pembinaan, konsultasi atau terapi dengan lansia terlantar secara kontinyu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Majid, 2014, *Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid Warna*, Jakarta: Beras.
- Al Qur'an Al-Karim Terjemah Departemen Agama RI, Semarang: PT. Thoha Putra, 2002
- Ashar Sunyoto Munandar, 2008, *Psikologi Industri dan Organisasi*, Jakarta: UI Press
- Ashar Sunyoto Munandar, 2008, *Psikologi Industri dan Organisasi*, Jakarta: UI Press.
- Basrowi dan Suwandi, 2008, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta.
- BPS, 2019, *Statistik Penduduk Lanjut Usia*, Jakarta: Badan Pusat Statistik, Data Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Madania diakses pada 17 April 2021
- Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah, Bandung: CV. Penerbit Diponegoro, 2-13
- Departemen Kesehatan RI, 1998, *Pedoman Pembinaan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan II Materi Pembinaan*, Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Elizabeth. B. Hurlock, 1991, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga
- Emzir, 2011, *Metode Penelitian Kualitatif Analisa Data*, Jakarta: Rajawali Pers.
- F.J. Monks, Dkk, 2002, *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: Gajah Mada University.
- Faiz A. Rachmawati dan H. Fuad N, 2013, "Koping Religius dan Kebahagiaan Psikologis Pada Lanjut Usia", *Jurnal Psikologi*, Vol. 18 No. 2.
- Farid Mashudi, 2012, *Psikologi Konseling*, Yogyakarta: Ircisod.
- Gerald C. 2010. *Davision dkk, Psikologi Abnormal*, Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Hurlock, Elizabeth B, 1980. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta, Erlangga.
- Imam Gunawan, 2013, *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Bumi Aksara,.



Indriana, Yeniari, 2012, *Gerontologi dan Progeria*, Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Jalaluddin Rakhmat, 2003, *Psikologi Agama Sebuah Pengantar*, Bandung: Mizan, 2003..

Jalaluddin, 1996, *Psikologi Agama*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

James M. Nelson, 2009, *Psychology, Religion, and Spirituality*, New York: Springer Science Media.

Jerrold S.G, 2006, *Comprehensive Stres Management*, New York: McGraw-Hill.

John W. Santrock, 2007, *Perkembangan anak*, Jakarta: Erlangga.

Kholil Lur Rochman, 2010, *Kesehatan Mental*, Yogyakarta: Fajar Media Press.

Kuntjojo, 2009, *Diktat Psikologi Abnormal*, Kediri: Universitas Nusantara PGRI.

Lampiran Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia No. 08 Tahun 2012 tentang Pedoman Pendataan dan Pengelolaan Data Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dan Potensi Sumber Kesejahteraan Sosial

Layli Mumbaasithoh, 2017, “*Hubungan Koping Religius Dengan Stres Pada Narapidana Non Residivis di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wirogunan Yogyakarta*”, Skripsi, Yogyakarta: UIN SUKA Yogyakarta.

Lexy J. Moleong, 2014, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Rosdakarya.

Materi perkuliahan mata kuliah Metodologi Penelitian yang disampaikan oleh Aziz Muslim di ruang perkuliahan Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga pada 14 November 2016.

Michael Queen Patton, 2009, *Metode Evaluasi Kualitatif*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Mita Octaria, 2013. “Efektifitas Koping Religius Untuk Meningkatkan Ko[ing religius Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi,” *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 5 No. 1.

Moleong, 2003, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Rosdakarya.

Muhana Sofiati Utami, 2012, "Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif," *Jurnal Psikologi*, Vol.39 No. 1.

Mujahidullah, Khalid, 2012, *Keperawatan Geriatrik, Merawat Lansia Dengan Cinta dan Kasih Sayang*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Mukhtar, 2013, *Metode Praktis Penelitian Deskriptif Kualitatif*, Jakarta: Referensi.

Musradinur, 2016 "Stres dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi," *Jurnal Edukasi*, Vol. 2 No. 2.

Nasib Tua Lumban Gaol, "Teori Stres: Stimulus, Respon, dan Transaksional," *Buletin Psikologi*, Vol. 24, No. 1.

Nasution, 2011, *Metode Research*, Jakarta: Bumi Aksara.

Notoatmodjo, Soekidjo, 2007, *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*, Jakarta: Rieneka Cipta.

Peraturan Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta No.3 tahun 2021, Tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial pasal 13-20

Peraturan Menteri Sosial, No. 19, 2012, 4.

Perda DIY No.3 Tahun 2021, tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Lanjut Usia.

Poerwandari. 1998, *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*, Jakarta: LPSP3 UI.

Rully Indrawan dan Poppy Yaniati, 2014, *Metodologi Penelitian*, Bandung: Refika Aditama.

Septianingsih D.S, &Naimah, T., *Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi tentang Bentuk, Faktor Pencetus dan Strategi Koping*, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol 11 No.2, *Social Forces*, Vol.71 No.4.

Siswanto, 2007, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, Yogyakarta: Andi.

Suardiman, Siti Partini, 2016, *Psikologi Lanjut Usia*, Yogyakarta: Gajah Mada Press.

Sugiono, 2014, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta

Sutardjo A. Wiramihardja, 2005, *Pengantar Psikologi Abnormal*, Bandung: Refika Aditama.

Sutardjo A. Wiramihardja, 2012, *Pengantar Psikologi Abnormal*, Bandung: Refika Aditama.

Thouless Robert H, 2000, *Pengantar Psikologi Agama*, Jakarta: Rajawali Press.

Tiyas Yasinta, 2017, “Koping Religius pada Individu yang Melakukan Konversi Agama”, Tesis, Yogyakarta: UIN SUKA Yogyakarta.

Utami, Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif, 50.

Wiji Hidayati dan Sri Purnami, 2008, *Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta: TERAS.

Yeniar dkk, 2010, “Tingkat Stres Lansia di Panti Wredha “PUCANG GADING” Semarang”, Jurnal Psikologi Undip, Vol. 8.

Yudrik Jahja, 2011, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana.

