

**RESILIENSI LANSIA DALAM MENGHADAPI KESEPIAN MELALUI
PRAKTIK KEAGAMAAN**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Disusun Oleh:

LATIFA YUNIARTI WULANDARI

NIM: 22105040003

**PROGRAM STUDI SOSIOLOGI AGAMA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2026

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-824/Un.02/DU/PP.00.9/06/2026

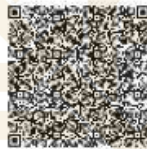
Tugas Akhir dengan judul : RESILIENSI LANSIA DALAM MENGHADAPI KESEPIAN MELALUI PRAKTIK KEAGAMAAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : LATIFA YUNIARTI WULANDARI
Nomor Induk Mahasiswa : 22105040003
Telah diujikan pada : Selasa, 26 Mei 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Nur Afni Khafsoh, M.Sos.
SIGNED

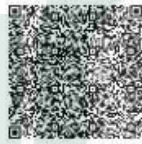
Valid ID: 6a1f674166d0f



Penguji II

Dr. Ramadhanita Mustika Sari
SIGNED

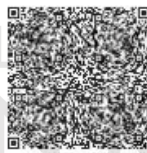
Valid ID: 6a1f92f033472



Penguji III

Dr. Rr. Siti Kurnia Widiastuti, S.Ag M.Pd.
M.A.
SIGNED

Valid ID: 6a20f0b0bb6b3



Yogyakarta, 26 Mei 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 6a211b972719f

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

NOTA DINAS



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Dosen Pembimbing: Nur Afni Khafsoh, M. Sos.

Program Studi Sosiologi Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS

Hal : Persetujuan Skripsi Sdri Latifa Yuniarti Wulandari

Lamp :-

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Latifa Yuniarti Wulandari

NIM : 22105040003

Judul Skripsi : Resiliensi Lansia dalam Menghadapi Kesenian Melalui Praktik Keagamaan

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S.Sos) di Prodi Sosiologi Agama, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 18 Mei 2026

Mengetahui:
Pembimbing

Nur Afni Khafsoh, M. Sos
NIP. 199110112019032014

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Latifa Yuniarti Wulandari
NIM : 22105040003
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Program Studi : Sosiologi Agama
Alamat : Batu Tameng, Kec. Sakra Timur, Kab. Lombok Timur, NTB
Telp/Hp : 087758963793
Judul Skripsi : Resiliensi Lansia dalam Menghadapi Kesepian Melalui
Praktik Keagamaan


Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi yang saya ajukan adalah benar asli karya yang saya tulis sendiri
2. Bilamana skripsi ini telah dimunaqsyahkan dan diwajibkan revisi, maka saya bersedia merevisi dalam waktu 2 (dua) bulan terhitung dari tanggal munaqsyah. Jika lebih dari 2 (dua) bulan maka saya bersedia dinyatakan gugur dan bersedia munaqsyah kembali.
3. Apabila di kemudian hari ternyata diketahui bahwa karya tersebut bukan karya ilmiah saya (plagiasi), maka saya bersedia menanggung sanksi untuk dibatalkan gelar kesarjanaan saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 18 Mei 2026

Saya yang menyatakan,


METERAL TEMPEL
08ANX408190584
Latifa Yuniarti Wulandari
NIM: 22105040003

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang.
Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Latifa Yuniarti Wulandari
NIM : 22105040003
Program Studi : Sosiologi Agama
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada Program Studi Sosiologi Agama, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Satu saya). Seandainya suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dengan penuh kesadaran. Terima kasih

Yogyakarta, 18 Mei 2026

Yang menyatakan



Latifa Yuniarti Wulndari

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Dan janganlah kamu putus asa dari Rahmat Allah.”

(QS. Yusuf:87)

“Aku tidak sebaik yang kau ucapkan, tapi aku juga tidak seburuk apa yang terlintas di hatimu” (Ali Bin Abi Thalib)

“Studying is tiring, but it will be even more tiring if we are stupid”

” لا تَحْزَنُ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا ” (QS. At-Taubah:40)

“Barangsiapa mengenal dirinya, sungguh ia telah mengenal Tuhannya”



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Pertama, teruntuk Latifa Yuniarti Wulandari yakni diri saya sendiri, terima kasih sudah berjuang dan kuat sampai bisa mengerjakan skripsi ini dengan baik, memang tidak mudah tapi saya bisa membuktikannya pada diri sendiri ternyata bisa melewati berbagai lika liku dalam mengerjakan skripsi ini, mari rayakan dan jangan puas terhadap apa yang sudah didapatkan saat ini, jangan berhenti untuk terus belajar dan semangat terus banyak hal-hal baru di depan yang perlu dipelajari.

Kedua, skripsi ini saya persembahkan untuk keluarga tercinta Bapak dan Ibu serta adik-adik saya, terutama kedua orang tua saya yang sangat saya cintai dan sayangi, Bapak Ahyar Rosidi dan Ibu Nurul Hidayati, terimakasih saya ucapkan atas setiap doa, dukungan, dan selalu mengusahakan yang terbaik untuk saya sehingga bisa berada di titik ini, tanpa doa dan dukungan kalian tidak mungkin saya bisa berada dititik saat ini. Bapak Ibu anak pertamamu resmi sarjana menyang gelar S.Sos.

Ketiga, untuk guru dan dosen yang selama ini telah membimbing saya, kepada almamater tercinta Program Studi Sosiologi Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2022 serta orang terkasih yang telah menjadi support sistem buat saya. Terimakasih saya ucapkan atas dukungan, motivasi, dan nasihat yang telah diberikan selama ini semoga ilmu yang saya dapatkan di dalam perkuliahan bisa bermanfaat untuk agama, nusa, dan bangsa.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penurunan tingkat keterlibatan sosial di kalangan lansia yang dipicu oleh kehilangan orang-orang terkasih atau keterbatasan fisik dapat menyebabkan rasa kesepian. Jika tidak ditangani kondisi psikologis ini dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental mereka secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana para lansia menunjukkan resiliensi dalam mengatasi rasa kesepian melalui praktik keagamaan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dan bagaimana praktik keagamaan mendukung resiliensi lansia dalam menghadapi kesepian. Penelitian-penelitian sebelumnya tentang resiliensi lansia umumnya menggunakan metode kuantitatif dan lebih menekankan pada faktor psikologis individu (seperti identitas diri, dukungan dari sosial, dan tingkat kesejahteraan), tetapi masih sedikit yang meneliti secara kualitatif mengenai bagaimana praktik keagamaan berfungsi sebagai cara penyesuaian dalam memperkuat resiliensi lansia.

Metode Penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif yang dimana sumber data primer diperoleh melalui observasi lapangan, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan untuk sumber data sekundernya diperoleh dari literatur seperti jurnal ilmiah, buku, dan arsip dokumen kelembagaan. Subjek atau informan pada penelitian ini berjumlah sepuluh orang yakni 7 informan utama dan informan pendukung berjumlah 3 orang yakni dari instruktur kegiatan keagamaan agama Islam, Katolik, dan Krsiten dengan teknik *Purposive Sampling*. Metode analisis data pada penelitian ini meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini menggunakan teori resiliensi Grotberg yang mencakup 3 aspek yaitu *I Have* (dukungan sosial), *I Am* (kekuatan pribadi), dan, *I Can* (kemampuan untuk bertindak).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga aspek berdasarkan teori Grotberg membentuk resiliensi lansia: dukungan eksternal (*I Have*) yang berupa kegiatan terstruktur, bimbingan petugas, dan interaksi sosial, kekuatan internal (*I Am*) yang ditunjukkan dalam penerimaan diri, pola pikir positif, dan kesadaran spiritual, dan kemampuan adaptif (*I Can*) yang ditunjukkan melalui pengelolaan emosi, inisiatif bersosialisasi, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan lembaga. Praktik keagamaan, seperti ngaji bersama bagi lansia Muslim, pendampingan rohani bagi lansia Katolik dan Kristen dan sarana fasilitas yang ada menjadi pendukung resiliensi lansia.

Kata Kunci: *Resiliensi, Lansia, Kesepian, Praktik Keagamaan, Psikologis*

ABSTRACT

This study was motivated by the decline in social engagement among older adults, which is often triggered by the loss of loved ones or physical limitations and can lead to feelings of loneliness. If left unaddressed, this psychological condition can have a detrimental impact on their overall physical and mental health. This study aims to analyze how older adults demonstrate resilience in coping with loneliness through religious practices at UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta and how religious practices support older adults' resilience in facing loneliness. Previous studies on resilience in the elderly generally used quantitative methods and emphasized individual psychological factors (such as self-identity, social support, and well-being), but few have conducted qualitative research on how religious practices function as a coping mechanism to strengthen resilience in the elderly.

Methodology the research method used in this study is a descriptive qualitative approach, in which primary data sources were obtained through field observations, interviews, and documentation, while secondary data sources were obtained from literature such as scientific journals, books, and institutional document archives. The subjects or informants in this study numbered ten people, consisting of 7 primary informants and 3 supporting informants, namely instructors of religious activities for Islam, Catholicism, and Christianity, using Purposive Sampling. The data analysis methods in this study include data reduction, data presentation, and drawing conclusions. This study employs Grotberg's resilience theory, which encompasses three aspects: I Have (social support), I Am (personal strength), and I Can (ability to act).

The results of the study indicate that three aspects based on Grotberg's theory shape resilience in older adults: external support (I Have), which takes the form of structured activities, guidance from staff, and social interaction; internal strength (I Am), demonstrated through self-acceptance, a positive mindset, and spiritual awareness; and adaptive ability (I Can), demonstrated through emotional regulation, social initiative, and active participation in institutional activities. Religious practices, such as group Quran recitation for Muslim older adults, spiritual guidance for Catholic and Christian older adults, and available facilities serve as supports for older adults' resilience.

Keywords: Resilience, Older Adults, Loneliness, Religious Practices, Psychological

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah Swt. yang telah memberikan rahmat, pertolongan, dan banyak nikmat-nikmat lainnya yang tak terhingga, atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Resiliensi Lansia dalam Menghadapi Kesepian Melalui Praktik Keagamaan”. Shalawat serta salam senantiasa ditujukan kepada baginda Nabi Muhammad Saw. beserta keluarga dan sahabatnya yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliyah ke zaman Islamiyah seperti saat ini. Semoga kita mendapatkan syafaatnya di yaumul akhir nanti. *Aamiin*.

Skripsi ini merupakan sebuah wujud kontribusi ilmiah pada ilmu pengetahuan khususnya pada bidang Sosiologi Agama, akan tetapi penulis menyadari pada skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, namun besar harapan penulis skripsi ini bisa bermanfaat bagi pembaca. Dalam penyusunan skripsi ini banyak pihak yang ikut andil baik dalam bentuk inspirasi, materi, bimbingan, dan dukungan semangat kepada penulis. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan banyak terima kasih banyak yang sebesar-besarnya kepada mereka, antara lain:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta segenap jajaran rektor lainnya.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, SAg, beserta segenap jajaran dekan lainnya.
3. Ketua Program Studi Sosiologi Agama, Dr. Mahatva Yoga Adi Pradana, M.Sos yang telah membantu dan memberi arahan kepada penulis.
4. Sekretaris Program Studi Sosiologi Agama, Hikmalisa, S.Sos., M.A yang telah memberikan arahan kepada penulis.
5. Dosen Pembimbing Akademik (DPA), Dr. Rr. Siri Kurnia Widiastuti, S.Ag., M.Pd., M.A. yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis.
6. Dosen Pembimbing Skripsi (DPS), Nur Afni Khafsoh, M.Sos terima kasih atas segala arahan, masukan, motivasi, dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis sampai skripsi ini selesai dengan baik.
7. Segenap dosen Program Studi Sosiologi Agama, terima kasih untuk semua ilmu dan pengalaman yang telah diberikan, semoga kebaikannya Allah balas dengan rahmat dan keberkahan.

8. Segenap Tata Usaha dan karyawan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, terimakasih atas bantuannya.
9. Segenap Staf, Mbah Putri dan Mbah Kakung di Unit Pelayanan Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, terimakasih banyak atas waktu luang, kesabaran dan keikhlasan yang diberikan untuk peneliti mengumpulkan data-data penelitian yang diperlukan, terimakasih atas sambutan yang hangat dan menerima peneliti layaknya seperti keluarga sendiri. Atas kebaikan dan ketulusan semoga senantiasa mengalir dalam keberkahan.
10. Segenap Staf Dinas Sosial Tenaga Kerja dan Transmigrasi Kota Yogyakarta, terimakasih atas izin yang telah diberikan untuk meneliti di Unit Pelayanan Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.
11. Kedua orang tua tercinta yakni Bapak Ahyar Rosidi dan Ibu Nurul Hidayati, terima kasih yang tak terhingga atas doa yang senantiasa terucap, pengorbanan, motivasi, kerja keras, kasih sayang yang sangat tulus, serta selalu mendukung perjalanan peneliti hingga bisa seperti saat ini. Skripsi ini adalah salah satu bentuk kecil dari bakti dan rasa Syukur atas pengorbanan yang telah diberikan selama ini. Bapak Ibu terima kasih untuk setiap uang yang keluar untuk kebutuhanku, biaya pendidikanku, makanan yang ku mau dan masih banyak lagi. Semoga senantiasa Allah SWT. berikan kesehatan, kebahagiaan, rezeki yang deras, dan kekuatan agar dapat terus menyaksikan peneliti dalam berproses dalam meraih mimpi dan kesuksesan dimasa yang akan datang, semoga Allah SWT. membalas segala kebaikan, pengorbanan, dan keikhlasan Bapak dan Ibu dengan pahala yang berlipat ganda. Amiin.
12. Adik-adik tersayang peneliti yang imut dan cantik Asiyfa Aulia Maharani, Asyila Widyia Lestari, dan Arsyia Qaila Putri, terima kasih atas canda dan tawa yang telah menghibur peneliti selama ini, kehadiran kalian menjadi salah satu sumber peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi ini. Dimasa mendatang semoga ikatan persaudaraan kita senantiasa dijaga oleh Allah serta saling mendukung satu sama lain untuk meraih mimpi dan kesuksesan dimasa depan yang lebih baik. Peneliti berharap semoga kalian senantiasa belajar yang giat dan sekolah yang rajin serta bisa meraih cita-cita yang dimimpikan.
13. Terima kasih untuk keluarga besar Papuq Tuan H. Masdah dan keluarga besar Papuq Guцин yang senantiasa mendoakan dan mendukung dan menjadi sumber motivasi penulis.
14. Sahabat-sahabat peneliti Destiana, Kia, dan Dwi terimakasih atas canda tawa, motivasi dan dukungan yang kalian berikan kepada peneliti. Teruntuk Destiana biasanya peneliti panggil Ana, terima kasih atas perhatian dan kepedulian yang tulus terutama saat peneliti membutuhkan tempat untuk bercerita meskipun ceritanya itu-itu saja sampai membuat

bosan akan tetapi tetap setia dengan telinga terbuka untuk mendengarkan, Untuk kalian bertiga terima kasih telah menjadi sahabat terbaik peneliti selama ini, senang bisa bertemu dengan kalian semoga kita menjadi bagian-bagian dari orang beruntung dan sukses itu.

15. Sobat TOMAS (Tombak Emas) Nasrul, Dio, Reyhan, Al, Amanda, Ade, Fitroh, Destiana, Dyah, dan Hafsa, Zidny, terima kasih banyak untuk pertemanannya selama ini, senang bisa bertemu dengan kalian, dimana terdapat canda, tawa, berorganisasi bersama, saling memotivasi satu sama lain meskipun kadang-kadang saling membully tapi itu adalah bentuk love language pertemanan kita. Semoga kita bisa menjadi orang-orang yang sukses dimasa mendatang.
16. Kepada Keluarga besar UKM KORDISKA dan UKM SPBA terima kasih telah menjadi wadah peneliti untuk belajar berorganisasi selama perkuliahan.
17. Teman-teman ALLAXE Angkatan 2022 (Program Studi Sosiologi Agama), teman-teman KKN Tematik Kemitraan PP. Bil Qolam, dan teman-teman satu DPS, terima kasih telah menjadi teman seperjuangan selama kuliah ini.
18. Teruntuk NIM akhir 078 sosok lelaki yang aku temui, terimakasih untuk doa, cinta, dukungan, arahan, nasihat, semangat, motivasi dan banyak afirmasi positif lainnya yang diberikan kepada peneliti. Semoga apa yang kita doakan dan harapkan bisa terwujud suatu hari nanti
19. Teman-teman satu bimbingan Ana, Rina, dan Dwining terimakasih atas motivasinya selama ini.
20. Semua keluarga, saudara, teman, dan pihak yang tidak bisa penulis sebut satu persatu, terima kasih banyak atas dukungan yang telah diberikan.
21. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri, Latifa Yuniarti Wulandari anak perempuan pertama dan harapan orang tua yang sudah berjuang sejauh ini, melawan rasa takut yang ramai di dalam kepalanya sendiri penuh dengan rasa overthinking, tapi tidak berhenti disitu ia mampu untuk membuktikan bahwa hal yang ditakuti itu ternyata hanya isi pikiran di kepala saja dan mampu untuk melewati itu semua. Terimakasih untuk tetap memilih lanjut meski bingung arahnya kemana, terimakasih untuk terus berproses meski tidak hasilnya tidak sesuai dengan yang diharapkan, terimakasih untuk tidak menyerah meskipun ada kalanya ada perasaan untuk ingin menyerah, terimakasih telah berani mencoba untuk melangkah dan berusaha belajar untuk menaklukkan rasa takut serta menyelesaikan semua yang sudah dimulai. Perjuangan tidak sampai disini saja kedepannya banyak hal-hal yang harus dilewati dan yakin bahwa Allah SWT. tidak akan menguji hambanya melewati batas kemampuan-Nya. You can do it Faa! Semangatttt!

Penulis dengan sadar betul bahwa skripsi ini masih banyak kekurangannya dari itu saran dan kritik terbuka dengan lebar supaya skripsi ini bisa lebih baik lagi. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat dan berkontribusi bagi pengetahuan khususnya dalam bidang Sosiologi Agama.

Yogyakarta, 12 Februari 2026

Latifa Yuniarti Wulandari

NIM:22105040003



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	1
DAFTAR GAMBAR	1
DAFTAR BAGAN	1
BAB I PENDAHULUAN	2
A. Latar Belakang Masalah	2
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	5
D. Tinjauan Pustaka	6
E. Kerangka Teoritik	10
F. Metode Penelitian	13
G. Sistematika Pembahasan	18
BAB II GAMBARAN UMUM UNIT PELAKSANA TEKNIS (UPT) RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA TERLANTAR BUDHI DHARMA YOGYAKARTA	20
A. Sejarah Singkat Berdirinya UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta	20

B. Visi, Misi dan Tujuan.....	21
1. Visi	21
2. Misi.....	21
3. Tujuan.....	22
C. Struktur Organisasi Lembaga	23
D. Jangkauan Pelayanan dan Daya Tampung	24
E. Sarana dan Fasilitas	25
F. Guru atau Instruktur Kegiatan	26
1. Pembimbing Agama Islam.....	26
2. Pembimbing Agama Katolik dan Kristen	27
3. Instruktur Senam dari TAGANA.....	27
4. Guru Bercocok Tanam dari Dinas Pertanian dan Pangan Kota Yogyakarta.....	28
G. Jadwal Kegiatan Lansia di RPSLUT	28
H. Kondisi Keagamaan Lansia.....	30
BAB III BENTUK RESILIENSI LANSIA DALAM MENGHADAPI KESEPIAN	32
A. Kondisi Kesenian yang Dialami oleh Lansia	32
1. Faktor Penyebab Kesenian Pada Lansia.....	32
2. Perbedaan Intensitas Kesenian antar Lansia	34
B. Bentuk-Bentuk Resiliensi Lansia dalam Menghadapi Kesenian.....	35
1. Program Kegiatan Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.....	35
2. Regulasi Emosi dan Kemampuan Diri	38
C. Faktor-Faktor Pendukung dalam Pembentukan Resiliensi pada Lansia.....	45
1. Dukungan dari Petugas Lembaga.....	46
2. Kegiatan Rutin dan Terstruktur.....	47
3. Interaksi dengan Relawan dan Pengunjung di Lembaga	48
BAB IV PRAKTIK KEAGAMAAN DALAM MENDUKUNG RESILIENSI LANSIA DALAM MENGHADAPI KESEPIAN	50

A. Praktik Keagamaan sebagai Bentuk Dukungan Psikologi Lansia	50
B. Sarana dan Fasilitas dalam Mendukung Praktik Keagamaan	53
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN LAMPIRAN	67
CURRICULUM VITAE	75



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Daftar Informan.....	16
Tabel 2. 1 Jadwal Kegiatan	29
Tabel 2. 2 Daftar Agama Lansia di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kegiatan Bimbingan Keagamaan Islam.....	26
Gambar 2. 2 Kegiatan Bimbingan Kerohanian Agama Katolik dan Kristen	27
Gambar 2. 3 Kegiatan Senam Lansia	27
Gambar 2. 4 Kegiatan Bercocok Tanam	28

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Struktur Organisasi UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta.....	24
--	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kelompok usia lanjut semakin meningkat di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia diperkirakan akan terus bertambah seiring dengan meningkatnya harapan hidup. Menurut data sensus penduduk 2023, sekitar 12% dari total penduduk Indonesia, atau sekitar 29 juta jiwa, tergolong sebagai lansia. Meskipun bertambahnya usia sering kali membawa pengalaman dan kebijaksanaan, para lansia juga menghadapi berbagai tantangan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Bertambahnya jumlah penduduk lanjut usia tentunya akan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk aspek sosial, ekonomi, dan kesehatan. Meskipun peningkatan jumlah lansia dapat memberikan keuntungan dalam pembangunan, hal ini juga menghadirkan tantangan yang perlu dihadapi¹. Sejak tahun 2021, Indonesia telah mengalami perubahan dalam struktur penduduknya menjadi populasi yang menua, di mana sekitar 1 dari 10 orang adalah lansia. Fenomena populasi menua ini dapat menjadi bonus demografi kedua, yaitu ketika proporsi lansia meningkat tetapi masih dalam kondisi produktif dan mampu berkontribusi terhadap perekonomian negara. Namun, lansia juga dapat menjadi tantangan bagi pembangunan jika mereka tidak produktif dan termasuk dalam kelompok penduduk yang rentan.²

Lansia merupakan istilah yang merujuk terhadap individu yang telah mencapai seiring dengan bertambahnya jumlah lansia, tingkat kesepian juga meningkat, dengan perkiraan bahwa 50% lansia saat ini mengalami kesepian.³ Masa tua adalah fase terakhir dalam siklus kehidupan manusia, di mana terjadi proses penuaan atau *aging* yang bersifat dinamis akibat perubahan-perubahan pada tingkat sel, sosiologis, dan psikologis. Pada fase ini, individu berpotensi menghadapi berbagai masalah kesehatan, baik fisik maupun mental.⁴ Secara umum, masalah yang paling umum dihadapi oleh lansia adalah kesepian.⁵ Dalam Pasal 1 Ayat 2 Undang-Undang

¹ Asiva Noor Rachmayani, "Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2023, hlm, 50."

² Asiva Noor Rachmayani, 2023, hlm. 17.

³ Manungkalit and Sari, "Tingkat Kesepian dan Kepuasan Hidup Terhadap Tingkat Kebahagiaan Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha, 2023, hlm. 30."

⁴ Amalia, "Loneliness and Social Isolation Experienced by the Elderly: A Sociological Perspective Review" 2013, hlm. 209-210.

⁵ Amalia, Loneliness and Social Isolation Experienced by the Elderly: A Sociological Perspective, 2013, hlm. 209-210.

Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, dijelaskan bahwa yang dimaksud dengan lanjut usia adalah individu yang berusia 60 tahun ke atas. Definisi mengenai batasan usia lanjut ini dapat bervariasi seiring waktu. Menurut World Health Organization (WHO), kategori lansia dibagi menjadi beberapa kelompok: usia pertengahan (middle age) antara 45 hingga 59 tahun, lanjut usia (elderly) antara 60 hingga 74 tahun, lanjut usia tua (old) antara 75 hingga 90 tahun, dan usia sangat tua (very old) di atas 90 tahun. Pada masa kini, perhatian terhadap kelompok lanjut usia menjadi semakin penting, sehingga mereka diharapkan mendapatkan lebih banyak perhatian dari lingkungan sekitar.⁶ Kepuasan hidup dan kebahagiaan yang diinginkan oleh para lanjut usia umumnya berasal dari interaksi dengan orang-orang terdekat, terutama orang yang mereka cintai. Mereka sangat mengharapkan perhatian lebih dari seluruh anggota keluarga, khususnya anak-anak mereka. Namun, tidak semua lanjut usia dapat merasakan hal tersebut.

Kesepian sering dikaitkan dengan usia lanjut karena beberapa kehilangan alami yang mungkin terjadi, seperti kehilangan kesehatan, status sosial, teman, atau pasangan hidup.⁷ Kesepian pada lansia dianggap sebagai masalah karena dapat berdampak pada berbagai gangguan kesehatan yang kompleks. Perasaan kesepian dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial.⁸ Kesepian emosional terjadi ketika seseorang merasa tidak memiliki kedekatan atau perhatian dalam hubungan sosial, serta merasa tidak ada orang yang peduli padanya. Kesepian sebagai kondisi yang tidak menyenangkan yang muncul ketika seseorang memiliki jaringan hubungan sosial yang terbatas.⁹ Kesepian dapat terjadi dalam situasi di mana kualitas beberapa hubungan yang dimiliki seseorang kurang memadai.¹⁰ Konsep kesepian lebih berkaitan dengan aspek kepribadian individu dan perasaan subjektif. Seseorang bisa saja terisolasi tanpa merasakan kesepian, atau sebaliknya, merasa kesepian meskipun tidak terisolasi. Salah satu lembaga yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan lansia adalah UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Lembaga ini merupakan lembaga yang menampung lansia dengan latar belakang dan kondisi yang beragam. Di lembaga ini merupakan lokasi penelitian peneliti, alasan memilih lokasi penelitian disini karena lembaga ini adalah unit teknis pemerintah yang berfokus pada penanganan lansia yang terlantar, lembaga ini menerima lansia dari beragam latar belakang sosial, ekonomi, dan kondisi kehidupan, sehingga menghasilkan beragam data yang diperlukan dalam penelitian. keberagaman ini memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mendapatkan pemahaman yang lebih luas mengenai faktor-

⁶ Kilmer, "Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia" 2010, hlm. 33.

⁷ Nisa and Ila, "Loneliness Pada Individu Lanjut Usia Berdasarkan Peran Religiusitas" 2019, hlm. 155.

⁸ Lase and Souisa, "Peran Keluarga Bagi Orang Usia Lanjut." 2021, hlm. 89.

⁹ Samodara, Palandeng, and Kallo, "Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Stres Psikologis Pada Lanjut Usia Di Panri Werdha Kota Manado." 2015, hlm. 5.

¹⁰ Manungkalit and Sari, "Tingkat Kesepian dan Kepuasan Hidup Terhadap Tingkat Kebahagiaan Lansia yang Tinggal di Panti Werdha." 2023, hlm. 4331.

faktor yang mempengaruhi resiliensi lansia. Idealnya, panti menjadi lingkungan yang mampu memberikan dukungan bagi kesejahteraan lansia. Namun pada kenyataannya, tidak semua penghuni dapat beradaptasi dengan baik, sehingga rasa kesepian tetap muncul. Dalam situasi tersebut, resiliensi menjadi aspek penting yang memungkinkan lansia tetap mampu menyesuaikan diri sekaligus menemukan makna hidup di masa tua.

Agama sangat penting bagi setiap orang, terutama dalam memberikan makna, tujuan, dan ketenangan pikiran. Peran agama menjadi semakin penting seiring bertambahnya usia seseorang karena mereka menghadapi berbagai perubahan dalam hidup, seperti pensiun, kehilangan orang yang dicintai, dan penurunan kondisi fisik. Dalam situasi-situasi tersebut, agama seringkali menjadi sumber dukungan spiritual, harapan, dan dorongan bagi orang-orang yang menghadapi tantangan psikologis seiring bertambahnya usia.¹¹ Sejumlah kajian terdahulu menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan memiliki kontribusi yang signifikan dalam memperkuat resiliensi pada lanjut usia. Kegiatan religius, seperti doa, pengajian, maupun ibadah berjamaah, terbukti memberikan ketenangan psikologis, mempererat rasa kebersamaan, serta memperluas dukungan sosial. Namun demikian, penelitian yang secara spesifik menelaah bagaimana lansia di lingkungan panti sosial membangun resiliensi melalui praktik keagamaan masih relatif terbatas.

Atas dasar itu, penelitian ini relevan untuk dilakukan guna mengkaji secara lebih mendalam proses lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dalam mengembangkan ketangguhan menghadapi kesepian melalui pengalaman keagamaan mereka. Walaupun kajian mengenai lanjut usia telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada resiliensi individu, pengujian hubungan antar variabel melalui pendekatan kuantitatif, serta pada aspek dukungan sosial dan kesehatan psikologis. Penelitian yang secara spesifik menelaah resiliensi lansia di lingkungan lembaga melalui praktik keagamaan masih relatif jarang ditemukan. Padahal, praktik keagamaan memiliki peran signifikan dalam memberikan ketenangan spiritual, memperkuat rasa kebersamaan, sekaligus membangun jejaring dukungan sosial yang berkontribusi pada penguatan resiliensi. Lebih jauh, studi-studi terdahulu yang dilakukan di UPT Budhi Dharma Yogyakarta cenderung menitikberatkan pada aspek penerimaan diri dan dukungan sosial, namun belum menyinggung secara mendalam pengalaman religius sebagai strategi adaptif dalam menghadapi kesepian.

Penelitian ini diarahkan untuk mengetahui bagaimana bentuk resiliensi lansia dalam menghadapi kesepian melalui praktek keagamaan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia

¹¹ Nazwa, dkk, "Perkembangan Agama Pada Masa Usia Lanjut." 2025, hlm. 555.

Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Seiring bertambahnya usia, banyak lansia mengalami penurunan interaksi sosial, baik karena kehilangan pasangan, anak yang merantau, maupun keterbatasan kesehatan yang membatasi mobilitas. Situasi ini berpotensi menimbulkan perasaan kesepian yang mendalam dan berdampak negatif terhadap kesehatan mental maupun fisik mereka. UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, sebagai lembaga yang diharapkan mampu menjadi lingkungan pendukung bagi lansia, ternyata tidak selalu berhasil menjadi ruang adaptasi yang ideal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana lansia mengembangkan resiliensi melalui praktik keagamaan dalam menghadapi kesepian. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi tersebut, diharapkan dapat ditemukan strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup serta kesejahteraan psikologis lansia di panti sosial.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun diatas berikut adalah rumusan masalahnya sebagai panduan dalam melakukan penelitian, sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk resiliensi lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dalam menghadapi kesepian?
2. Bagaimana praktik keagamaan mendukung resiliensi lansia dalam menghadapi kesepian di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah dijelaskan, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Tujuan pertama untuk menganalisis sumber daya internal (misalnya, kekuatan pribadi, keyakinan spiritual) dan eksternal (misalnya, dukungan dari sesama penghuni, staf panti, keluarga) yang berkontribusi pada ketahanan (resiliensi) lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dalam menghadapi kesepian.
- b. Tujuan kedua untuk mengkaji bagaimana praktik keagamaan berperan sebagai strategi adaptasi lansia dalam menghadapi kesepian di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta untuk mengatasi kesepian.

2. Kegunaan Penelitian

Terdapat dua kegunaan penelitian yaitu secara teoritis dan praktis, yaitu sebagai berikut:

a. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap wawasan dan pengembangan ilmu pengetahuan dalam mengembangkan kerangka kerja psikologis sosial yang lebih spesifik dalam memahami berbagai aspek kehidupan lansia, termasuk kesejahteraan psikologis dan sosial mereka. Kajian ini juga bermanfaat bagi pengembangan program Sosiologi Agama khususnya ilmu sosial dan agama terkait resiliensi lansia.

b. Kegunaan Praktis

1) Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang mendalam mengenai tingkat kesepian yang dialami oleh lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, serta faktor-faktor resiliensi yang mereka miliki. Peneliti akan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif mengenai pengalaman subjektif lansia terkait kesepian, serta bagaimana mereka menunjukkan ketahanan psikologis dalam menghadapinya

2) Bagi Pemerintah

Hasilnya membantu merancang program intervensi psikososial yang tepat sasaran untuk mengatasi kesepian. Pemerintah dapat mengalokasikan sumber daya efisien, mengembangkan standar pelayanan, meningkatkan kesadaran, dan mengevaluasi kebijakan demi kesejahteraan lansia.

3) Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai isu kesepian pada lansia, khususnya mereka yang tinggal di lingkungan institusional. Hal ini dapat mendorong munculnya inisiatif dukungan sosial dari masyarakat. Penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman kepada keluarga mengenai tantangan kesepian yang mungkin dihadapi oleh anggota keluarga mereka yang tinggal di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, serta pentingnya dukungan dan keterlibatan keluarga.

D. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan hasil pencarian penelitian sebelumnya, peneliti menemukan beberapa penelitian yang memiliki kesesuaian dengan tema maupun analisis penelitian peneliti. Oleh karena itu, hal ini dapat dijadikan pembandingan dan pengkajian dalam penelitian ini. Adapun tinjauan pustaka yang memiliki keterkaitan dengan penelitian sebelumnya sebagai berikut:

Pertama, penelitian jurnal oleh Nasihatun Solehati dan Muhammad Muhib Alwi yang berjudul “Resiliensi pada Lanjut Usia Perempuan yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya di Desa Margomulyo Kecamatan Glenmore Banyuwangi”.¹² Penelitian ini menjelaskan tentang resiliensi lansia yang ditinggal oleh pasangan hidupnya dalam menghadapi duka. Persamaannya dengan penelitian ini yaitu bersama-sama membahas terkait resiliensi yang dimana sebuah kemampuan individu untuk mengatasi, menghadapi, dan memiliki ketangguhan saat menghadapi permasalahan dalam kehidupan. Sementara untuk perbedaannya dengan penelitian peneliti yaitu jurnal ini berfokus pada resiliensi lanjut usia perempuan yang ditinggal mati pasangan hidupnya, sedangkan untuk penelitian skripsi ini, lebih berfokus pada resiliensi lanjut usia dalam menghadapi kesepian melalui praktik keagamaan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.

Kedua, jurnal penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta” oleh Ani Marni dan Rudy Yuniawati.¹³ Pada jurnal penelitian tersebut membahas mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif yang dimana bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu dukungan sosial dan penerimaan diri pada lansia di Panti Budhi Dharma Yogyakarta. Persamaan dengan penelitian peneliti adalah objek penelitian dan lokasi yang sama yakni berada di Yogyakarta. Sedangkan untuk perbedaannya dari segi metode penelitian yang digunakan pada jurnal ini kuantitatif dan metode penelitian yang digunakan penelitian peneliti yakni kualitatif.

Ketiga, jurnal penelitian yang ditulis oleh Ayu Diah Amalia yang berjudul “Kesepian dan Isolasi Sosial yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan Dari Perspektif Sosiologis”.¹⁴ Dalam penelitian Ayu Diah Amalia mengkaji tentang kesepian dan isolasi lanjut usia dengan menggunakan perspektif sosiologi. Dari perspektif sosiologi pendekatan teoritis kesepian difokuskan pada konteks sosial dimana individu mengembangkan (atau tidak) hubungan atau jaringan sosial. Lebih lanjut hubungan sosial tersebut akan ditinjau dari perspektif interaksionisme simbolik. Jurnal ini mengungkapkan bahwa jaringan sosial pada lansia berpotensi untuk mengurangi kesepian pada lansia. Jurnal ini memiliki persamaan dengan penelitian peneliti yaitu membahas masalah kesepian pada lanjut usia, selain itu juga persamaan menyinggung tentang dampak negatif dari kesepian

¹² Solehati and Alwi, “Resiliensi Pada Lanjut Usia Perempuan yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya di Desa Margomulyo Kecamatan Glenmore Banyuwangi.” 2021.

¹³ Marni and Yuniawati, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.” 2015.

¹⁴ Amalia, “Loneliness and Social Isolation Experienced by the Elderly: A Sociological Perspective Review.” 2013.

terhadap kesehatan fisik dan mental lansia. Perbedaan jurnal ini dengan penelitian peneliti adalah jurnal tersebut lebih fokus pada tinjauan sosiologis terhadap kesepian dan isolasi sosial pada lansia, sedangkan penelitian peneliti berfokus pada resiliensi lansia dalam menghadapi kesepian melalui praktik keagamaan.

Keempat, Jurnal penelitian oleh Wilanisa Amalia Rosmita dan Iman Permana yang berjudul “Hubungan antara Fungsi Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Wirobrajan Yogyakarta”.¹⁵ Penelitian mereka membahas mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia. Dukungan sosial didefinisikan sebagai keberadaan seseorang yang dapat dipercaya, memahami, memperhatikan, dan mencintai lansia, yang berasal dari orang-orang terdekat seperti keluarga dan masyarakat. Penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup lansia, lansia yang menerima dukungan sosial yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi dan terhindar dari masalah seperti kesepian, depresi, dan perasaan tidak berguna. Persamaan antara jurnal penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah kedua penelitian ini sama-sama menaruh perhatian pada kelompok lanjut usia. Kedua penelitian ini berfokus pada isu-isu yang mempengaruhi kesejahteraan sosial lansia. Perbedaan kedua penelitian ini adalah pada jurnal tersebut menyoroti bagaimana dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar dapat menjadi faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia sedangkan penelitian ini mengkaji mengenai resiliensi dalam menghadapi kesepian melalui praktik keagamaan.

Kelima, penelitian jurnal yang ditulis oleh Maria Manungkalit dan Ni Putu Wulan Purnama Sari yang berjudul “Tingkat Kesepian dan Kepuasan Hidup Terhadap Tingkat Kebahagiaan Lansia yang Tinggal di Panti Wredha”¹⁶. Membahas hubungan antara faktor psikologis, yaitu kesepian dan kepuasan hidup, terhadap tingkat kebahagiaan lansia. Terdapat persamaan dengan penelitian skripsi ini yaitu fokus pada lansia serta menjadikan kesepian sebagai isu utama. Perbedaannya, penelitian jurnal ini menekankan hubungan antara kesepian, kepuasan hidup, dan kebahagiaan dengan pendekatan kuantitatif, sedangkan skripsi ini berfokus pada resiliensi lansia dalam menghadapi kesepian melalui praktik keagamaan dengan pendekatan kualitatif. Dengan demikian, penelitian terdahulu menggambarkan sejauh mana faktor psikologis mempengaruhi kebahagiaan lansia, maka penelitian ini menekankan pada bagaimana praktik keagamaan berperan sebagai strategi adaptasi dan sumber resiliensi bagi lansia.

¹⁵ Amalia, “Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Wirobrajan Yogyakarta the Relationship between Families Function and Quality of Life among Elderly in Wirobrajan Sub District of Yogyakarta” 2023.

¹⁶ Manungkalit and Sari, “Tingkat Kesepian dan Kepuasan Hidup Terhadap Tingkat Kebahagiaan Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha.” 2020.

Keenam, penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Resiliensi dan Konsep Diri dengan Kebermaknaan Hidup pada Lansia” oleh Reza Hastuti.¹⁷ Penelitian skripsi ini membahas untuk mengetahui apakah ada hubungan antara resiliensi dan konsep diri dengan kebermaknaan hidup pada lansia. Penelitian ini juga ingin mengetahui apakah resiliensi dan konsep diri secara terpisah berhubungan dengan kebermaknaan hidup pada lansia. Penelitian ini dilakukan pada 50 lansia di Kelurahan Rajabasa Jaya, Bandar Lampung yang berumur 60-75 tahun. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel (Purposive Sampling). Persamaan dari kedua penelitian skripsi ini adalah sama-sama meneliti tentang lansia. Kedua penelitian ini memiliki perhatian terhadap kesejahteraan lansia, baik dalam konteks kebermaknaan hidup atau dalam menghadapi kesepian. Sedangkan untuk perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Reza Hastuti membahas mengenai hubungan antara resiliensi dan konsep diri dengan kebermaknaan hidup pada lansia melalui pendekatan kuantitatif. Berbeda dengan penelitian tersebut, skripsi peneliti lebih menekankan pada aspek sosial-keagamaan dengan pendekatan kualitatif. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana lansia membangun resiliensi dalam menghadapi kesepian melalui praktik keagamaan. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi dimensi religiusitas sebagai strategi adaptasi lansia dalam menghadapi kesepian yang tidak hanya dilihat dari sudut pandang psikologis individual, melainkan juga dari perspektif sosiologi agama.

Ketujuh, jurnal penelitian yang diteliti oleh Christina Samodara yang berjudul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Stress Psikologis pada Lanjut Usia di Panti Wredha Kota Manado”.¹⁸ Penelitian jurnal ini memiliki fokus pada upaya menurunkan tingkat stress psikologis lansia melalui intervensi non-religius berupa terapi tertawa dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Sementara penelitian skripsi ini membahas mengenai pengalaman lansia dalam membangun resiliensi ketika menghadapi kesepian dengan memanfaatkan praktik keagamaan sebagai strategi adaptif. Dari sisi subjek dan konteks, kedua penelitian ini memiliki kesamaan yakni sama-sama mengkaji kondisi lansia di panti sosial. Namun terdapat perbedaan mendasar pada pendekatan, variabel, serta kontribusinya. Penelitian jurnal ini lebih berorientasi pada pengujian efektivitas terapi tertentu, sedangkan penelitian skripsi ini berfokus pada pemahaman sosiologis tentang peran agama dalam memperkuat resiliensi lansia. Dengan demikian, kebaruan penelitian terletak pada penggalian dimensi religius-spiritual sebagai sumber daya penting bagi lansia dalam menghadapi

¹⁷ Reza Hastuti, "Hubungan Antara Resiliensi dan Konsep Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lansia" SKRIPSI, Bandar Lampung, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020, hal. 234.

¹⁸Samodara, Palandeng, and Kallo, “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Stres Psikologis Pada Lanjut Usia di Panri Werdha Kota Manado, 2015, hal. 55.

keseharian, suatu aspek yang belum banyak diteliti, khususnya dalam perspektif kualitatif dengan kerangka resiliensi.

Dalam tinjauan perbandingan literatur yang telah dilakukan, terlihat bahwa kajian mengenai lansia umumnya menyoroti aspek psikologis dan sosial, seperti resiliensi akibat kehilangan pasangan, dukungan sosial terhadap penerimaan diri, keseharian dan isolasi sosial, fungsi keluarga terhadap kualitas hidup, hubungan antara keseharian dan kebahagiaan, serta keterkaitan resiliensi dengan konsep diri maupun efektivitas terapi tertawa dalam menurunkan stress. Persamaan seluruh penelitian tersebut dengan skripsi ini terletak pada fokus terhadap kesejahteraan lansia, baik dalam konteks menghadapi stress, keseharian, maupun membangun resiliensi. Namun, perbedaannya terletak pada pendekatan dan fokus kajian. Penelitian-penelitian sebelumnya lebih dominan menggunakan pendekatan kuantitatif, psikologis, atau sosial umum, serta menekankan pada hubungan variabel tertentu atau efektivitas intervensi non-religius. Sementara skripsi ini menghadirkan kebaruan dengan mengkaji bagaimana praktik keagamaan berperan sebagai strategi adaptasi lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dalam membangun resiliensi menghadapi keseharian. Dengan demikian, kebaruan atau novelty penelitian ini terletak pada integrasi dimensi religiusitas sebagai sumber daya resiliensi lansia yang dianalisis melalui perspektif sosiologi agama dengan pendekatan kualitatif, yang belum banyak dikaji dalam penelitian sebelumnya. Jadi, posisi penelitian saya adalah untuk menjembatani kekosongan dalam interaksi antara kajian resiliensi, keseharian lansia, dan religiusitas, dengan pendekatan kualitatif dan kerangka sosiologi agama, khususnya pada konteks lansia terlantar di lembaga yang dikelola oleh pemerintah.

E. Kerangka Teoritik

Merujuk pada tema pembahasan skripsi ini, peneliti menggunakan teori resiliensi Grotberg. Teori tersebut untuk menganalisis terkait permasalahan yang dihadapi oleh lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Resiliensi adalah kemampuan individu atau kelompok untuk bangkit, beradaptasi, dan tetap bertahan dalam menghadapi tekanan, tantangan, atau kesulitan hidup. Resiliensi sangat penting saat menghadapi keputusan sulit dan mendesak.¹⁹ Ini adalah pola pikir yang mendorong individu untuk mencari pengalaman baru dan melihat hidup sebagai proses perkembangan yang berkelanjutan. Dengan resiliensi, seseorang dapat mengembangkan dan mempertahankan sikap positif yang memungkinkannya bereksplorasi, menjadi lebih percaya diri dalam berinteraksi sosial, dan lebih berani mengambil risiko atas tindakan mereka. Secara garis besar, resiliensi diidentifikasi melalui

¹⁹ Tuwah, "Resiliensi dan Kebahagiaan Dalam Perspektif Psikologi Positif, 2016, hlm. 66."

kapasitas dan kemauan seseorang untuk menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi tekanan, serta kemampuan untuk bangkit dari trauma.²⁰ Resiliensi diartikan secara beragam oleh para ahli. Masten dan Coatsworth melihatnya sebagai kekuatan fundamental yang menjadi dasar berbagai karakter positif dalam diri seseorang. Sementara itu, Emmy Werner dan Ruth Smith mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk mengatasi masalah yang dihadapi, dengan menekankan peran faktor-faktor seperti kepribadian, dukungan sosial, dan lingkungan. Reivich dan Shatte, melalui "Penn Resilience Program," mengidentifikasi tiga komponen utama resiliensi: optimisme, ketahanan (persistence), dan ketangguhan (bouncing back).²¹ Menurut Moberg dan Simonsen dalam Rilus A. Kinseng menjelaskan, "*Resilience is the capacity of a system, be it an individual, a forest, a city or an economy, to deal with change and continue to develop. It is about the capacity to use shocks and disturbances like a financial crises or climate change to spur renewal and innovative thinking*", singkatnya, definisi ini menekankan bahwa kapasitas suatu sistem untuk mengatasi masalah adalah hal yang utama, tanpa membedakan aspek atau dimensi tertentu dari sistem tersebut.²²

Grotberg mengatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, mengelola, serta bangkit menjadi lebih kuat ketika menghadapi tantangan dan permasalahan dalam hidupnya, selain itu juga Grotberg menjelaskan resiliensi sebagai kapasitas universal yang memungkinkan individu, kelompok, atau komunitas untuk mencegah, meminimalkan, atau melawan dampak merusak saat menghadapi kesulitan atau kemalangan.²³ Menurut Grotberg, seperti yang dijelaskan dalam bukunya "*Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*" resiliensi individu terbentuk dari tiga sumber utama yakni:

a. Dukungan Eksternal (I Have)

Sumber *I Have* merujuk pada aspek resiliensi yang berkaitan dengan sejauh mana individu memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya, sebagaimana dipersepsikan dan dimaknai oleh individu tersebut. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan rendah terhadap lingkungannya cenderung memiliki jaringan sosial yang terbatas serta menilai bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungannya relatif minim. Dengan demikian, kualitas yang

²⁰ Miller and Robson, "Understanding Resilience, 2025, hlm. 18."

²¹ Amilia, "Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Wirobrajan Yogyakarta the Relationship between Families Function and Quality of Life among Elderly in Wirobrajan Subdistrict of Yogyakarta, 2023, hlm. 70."

²² Rilus A. Kinseng, "Resiliensi Sosial Dari Perspektif Sosiologi: Konsep dan Aplikasinya pada Komunitas Nelayan Kecil, 2019, hlm. 56."

²³Grotberg, "Resilience for Today Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity." 2005, hlm. 3-5.

terkandung dalam sumber *I Have* berperan penting sebagai faktor penentu dalam pembentukan dan penguatan resiliensi individu.

b. Kekuatan Individu (I Am)

Sumber *I am* dalam resiliensi merujuk pada kekuatan personal yang dimiliki individu, meliputi perasaan, sikap, serta keyakinan yang berhubungan dengan dirinya sendiri. Kualitas-kualitas personal yang berkontribusi terhadap pembentukan resiliensi melalui sumber ini antara lain keyakinan bahwa dirinya disayangi dan dihargai oleh orang lain, kemampuan untuk menunjukkan empati, kepedulian, serta kasih sayang terhadap sesama, rasa bangga terhadap diri sendiri, kesanggupan untuk bertanggung jawab dan menerima konsekuensi dari setiap tindakan, serta sikap optimis, percaya diri, dan harapan positif terhadap masa depan.

c. Kemampuan dan Interpersonal (I Can)

Sumber *I can* dalam resiliensi merujuk pada kapasitas individu untuk mengandalkan kekuatan dirinya dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan guna mencapai keberhasilan. Aspek ini mencakup penilaian terhadap kemampuan diri, yang meliputi keterampilan dalam pemecahan masalah, kecakapan sosial, serta kemampuan membangun hubungan interpersonal yang efektif. Meskipun para ahli memiliki penekanan yang berbeda dalam pengembangan resiliensi, intinya resiliensi melibatkan interaksi kompleks antara faktor personal, sosial, dan lingkungan untuk membantu seseorang menghadapi berbagai tantangan hidup.

Penelitian ini menggunakan teori resiliensi Grotberg, dimana ia mengelompokkan sumber resiliensi ke dalam tiga aspek utama yaitu *I Have*, *I Am*, *I Can*. Ketiga aspek tersebut saling terhubung dan membentuk kemampuan lansia untuk bertahan serta beradaptasi dalam menghadapi rasa kesepian yang dialami selama tinggal di lembaga ini. Dukungan eksternal (*I Have*), dalam penelitian ini aspek *I Have* mengacu pada sejauh mana para lansia di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta menginterpretasikan dan memahami dukungan sosial yang mereka terima dari lingkungan lembaga. Dukungan ini berasal dari penghuni lain, staf, pekerja sosial, atau kegiatan keagamaan yang diselenggarakan oleh lembaga. Aktivitas keagamaan seperti ngaji, doa bersama, atau ibadah rutin dilaksanakan dapat berfungsi sebagai arena untuk membangun jaringan sosial yang berarti bagi para lansia, sehingga memperkuat persepsi mereka bahwa dirinya tidak sendirian dalam menghadapi masa tua. Selain itu pada aspek *I Am* dalam penelitian ini berkaitan dengan kekuatan yang dimiliki individu lanjut usia, terutama yang terbentuk atau diperkuat melalui pemahaman terhadap nilai-nilai keagamaan. Keyakinan akan kasih sayang dan perlindungan Tuhan, rasa Syukur atas kehidupan yang masih dijalani, serta sikap menerima dengan Ikhlas atas keadaan ketidakberdayaan merupakan contoh nyata dari aspek ini. Penanaman nilai-nilai religious

memberi kesempatan bagi lansia untuk membangun rasa harga diri, optimisme, dan makna hidup meskipun berada dalam kondisi yang sangat terbatas. Terakhir aspek I Can dalam penelitian ini berkaitan dengan kemampuan lansia untuk secara aktif memanfaatkan kegiatan keagamaan sebagai strategi penyesuaian dalam menghadapi perasaan kesepian. Ini mencakup kemampuan lansia untuk menjalin hubungan sosial melalui partisipasi dalam aktivitas keagamaan bersama, keterampilan dalam mengelola perasaan kesepian dengan cara ibadah, kegiatan di lembaga, serta kemampuan dalam menyelesaikan masalah emosional melalui pendekatan spiritual. Oleh karena itu, praktik keagamaan tidak hanya berperan sebagai ritual, tetapi juga sebagai sumber daya aktif yang mendorong lansia untuk mengatasi berbagai tantangan psikososial yang mereka alami.

F. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan langkah peneliti untuk mengumpulkan data, Metode penelitian merupakan komponen esensial dalam sebuah studi ilmiah. Penerapan metode yang tepat memastikan keselarasan langkah penelitian dengan karakteristik objek yang dianalisis. Proses ini dirancang untuk memperoleh temuan yang koheren, konkret, dan relevan, bersumber dari data yang dikaji baik melalui literatur maupun observasi fakta sosial di lapangan. Oleh karena itu, metode berfungsi sebagai acuan fundamental dalam keseluruhan pelaksanaan penelitian²⁴.

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif karena berupaya mendeskripsikan, menggambarkan, dan memahami fenomena dari sudut pandang informan, yaitu para pelaku. Pemilihan metode ini relevan karena tujuannya adalah untuk mengungkap secara sosiologis kapasitas resiliensi sosial kelompok lansia dalam mengatasi kesepian. Dengan demikian, pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk turun langsung ke lapangan dan menggali data secara mendalam melalui kegiatan di lapangan seperti observasi, wawancara dan dokumentasi.²⁵ Pada penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sosial, yang berarti fokus utamanya adalah memahami bagaimana interaksi, dinamika kelompok, dan lingkungan sosial di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta mempengaruhi kemampuan lansia untuk bangkit dari kesepian.

Penelitian ini secara khusus menggunakan pendekatan psikologi sosial karena inti dari resiliensi lansia dalam menghadapi kesepian sangat terkait dengan konteks interaksi, dinamika kelompok, dan lingkungan sosial di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi

²⁴ Putri, "Skripsi, Persepsi Diri Remaja Pelaku Perkawinan Anak: Studi Kasus di Kabupaten Gunung Kidul, hlm.16.

²⁵ Noviantoro, "Resiliensi Sosial Minoritas Muslim di Tengah Komunitas Kristen Katolik di Dusun Ngembesan, Desa Wonokerto, Turi, Sleman, Yogyakarta Skripsi, 2024, hlm. 17."

Dharma Yogyakarta. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk tidak hanya mengidentifikasi tingkat resiliensi, tetapi juga menyelami bagaimana faktor-faktor sosial seperti dukungan dari sesama penghuni panti, hubungan dengan staf, partisipasi dalam kegiatan bersama, serta norma dan nilai yang berlaku di lingkungan tersebut secara kolektif membentuk dan memperkuat kemampuan lansia untuk beradaptasi dan mengatasi tantangan emosional yang timbul dari kesepian. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai peran krusial dimensi sosial dalam membangun dan mempertahankan kesejahteraan psikologis lansia.

2. Sumber Data

Sumber data yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer untuk penelitian ini berasal langsung dari lansia penghuni UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, di mana peneliti akan menggali pengalaman, perasaan, dan strategi resiliensi mereka dalam menghadapi kesepian melalui metode seperti wawancara atau observasi. Selain itu, pengelola atau staf panti juga menjadi sumber data primer yang penting, karena dapat memberikan perspektif tambahan mengenai lingkungan panti dan interaksi sosial yang terjadi di dalamnya.

b. Data Sekunder

Data sekunder untuk penelitian ini mencakup berbagai sumber literatur seperti jurnal ilmiah dan buku yang membahas teori dan model resiliensi, khususnya pada populasi lansia, serta studi terkait kesepian. Selain itu, literatur tentang psikologi sosial akan memberikan landasan konseptual, sementara data demografi dan statistik dari UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, beserta kebijakan atau program pemerintah terkait kesejahteraan lansia, akan memberikan konteks informatif dan data pendukung yang relevan.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah tahapan krusial dalam penelitian, sebab esensi dari sebuah penelitian adalah untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan.²⁶

²⁶ Noviantoro, 2024, hlm. 19.

a. Teknik Observasi

Penelitian ini mengenai resiliensi kelompok lansia dalam menghadapi kesepian, teknik observasi dapat digunakan untuk mengamati secara langsung perilaku, interaksi sosial, dan ekspresi emosi lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Peneliti dapat mencatat bagaimana lansia berpartisipasi dalam kegiatan harian, tingkat interaksi mereka dengan sesama penghuni atau staf, serta tanda-tanda non-verbal yang mungkin mengindikasikan kesepian atau resiliensi, seperti tingkat partisipasi, ekspresi wajah, dan cara mereka menanggapi situasi sulit. Data observasi ini akan memberikan gambaran kontekstual yang kaya tentang dinamika sosial dan psikologis yang terjadi, melengkapi informasi yang didapatkan dari metode lain seperti wawancara.

Studi tentang resiliensi kelompok lanjut usia dalam menghadapi rasa kesepian, peneliti memanfaatkan metode observasi partisipan pasif. Dengan metode ini, peneliti berada secara langsung di tempat penelitian, yaitu UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta, tetapi tidak aktif berpartisipasi dalam aktivitas yang berlangsung. Peran peneliti adalah sebagai pengamat yang secara sistematis perilaku, interaksi sosial, dan ekspresi emosi para lansia tanpa mengganggu keadaan yang terjadi secara alami. Dengan memanfaatkan metode observasi partisipan pasif, para peneliti bisa mencermati secara langsung bagaimana anggota lanjut usia terlibat dalam aktivitas sehari-hari, termasuk berbagai kegiatan keagamaan, tingkat interaksi mereka dengan penghuni lain serta staf, dan juga tanda-tanda non-verbal yang menunjukkan perasaan kesepian atau ketahanan seperti ekspresi wajah, tingkat keterlibatan, serta respon mereka terhadap tantangan. Data yang didapat dari observasi ini kemudian digunakan untuk melengkapi dan memperkuat informasi yang diraih melalui wawancara mendalam.

b. Teknik Wawancara

Penelitian ini menggunakan wawancara untuk mendalami bagaimana lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta menunjukkan resiliensi saat menghadapi kesepian. Wawancara ini akan menggali pengalaman pribadi mereka, strategi yang digunakan untuk mengatasi kesulitan, dan faktor-faktor yang mendukung kekuatan mental mereka, semuanya dilihat dari sudut pandang psikologi sosial. Kemungkinan besar, teknik wawancara yang dipakai adalah secara mendalam. Hal ini memungkinkan peneliti mengajukan pertanyaan terbuka agar lansia bisa menceritakan kisahnya secara bebas, sambil tetap berpegang pada topik-topik kunci yang relevan dengan tujuan penelitian. Penelitian ini menerapkan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan bahwa sampel yang dipilih merupakan pihak yang dinilai paling memahami permasalahan yang menjadi fokus kajian. Pemilihan teknik ini bertujuan

untuk memperoleh informasi yang mendalam dan relevan terkait dengan isu yang diteliti. *Purposive sampling* merupakan teknik pemilihan sampel yang dilakukan berdasarkan pertimbangan tertentu, di mana subjek dipilih karena dianggap memiliki pengetahuan atau pemahaman yang paling relevan dengan tujuan penelitian.²⁷ Menurut Notoatmodjo, *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang didasarkan atas suatu pertimbangan, seperti ciri-ciri atau sifat-sifat suatu populasi.²⁸ Informan dilihat berdasarkan kebutuhan data penelitian, berikut kriteria dari informan yang dibutuhkan:

Tabel 1. 1 Daftar Informan

No	Nama	Waktu	Keterangan/Agama
Informan Utama			
1.	Mbah "T"	25 November 2025	Lansia/ Islam
2.	Mbah "SA"	25 November 2025	Lansia/ Katolik
3.	Mbah "SM"	25 November 2025	Lansia/ Kristen
4.	Mbah "P"	25 November 2025	Lansia/ Islam
5.	Mbah "MN"	25 November 2025	Lansia/ Islam
6.	Mbah "S"	25 November 2025	Lansia/ Islam
7.	Mbah "Y"	25 November 2025	Lansia/ Katolik
Informan Pendukung			
No	Nama	Waktu	Keterangan
1.	Bu "TW"	11 November 2025	Instruktur Kegiatan Keagamaan Agama Kristen dan Katolik
2.	Pak "EDW"	10 Desember 2026	Instruktur Kegiatan Keagamaan Agama Islam
3.	Bu "SW"	27 November 2025	Kepala Subbagian Tata Usaha RPSLUT

Sumber: Peneliti

²⁷ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 2019, hlm. 218-219.

²⁸ Agus Ria Kumara, "Metodologi Penelitian Kualitatif, 2018, hlm. 17"

c. Teknik Dokumentasi

Teknik dokumentasi adalah cara mengumpulkan data dengan mencari, merekam, dan menganalisis berbagai jenis materi tertulis atau rekaman yang relevan dengan penelitian. Data ini bisa berupa dokumen, rekaman audio/video, atau catatan lain. Selain itu, bukti berupa foto atau video yang diambil saat observasi dan wawancara juga termasuk data dokumentasi, berfungsi untuk memperkuat temuan dan membuktikan keaslian informasi. Metode ini sangat membantu peneliti dalam menyusun studi karena memungkinkan penggunaan data atau analisis sebelumnya, sekaligus memberikan bukti konkret dari kegiatan penelitian.²⁹

4. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu proses untuk menelusuri dan menata data secara terstruktur yang diperoleh melalui wawancara, catatan lapangan, maupun dokumentasi. Proses ini dilakukan dengan mengelompokkan data ke dalam kategori, memecahnya menjadi bagian-bagian, menyusunnya kembali secara terpadu, membangun pola, serta menentukan hal-hal yang dianggap penting untuk diteliti. Hasil akhirnya adalah penyusunan kesimpulan yang dapat dipahami baik oleh peneliti sendiri maupun orang lain.³⁰ Analisis data adalah fase krusial dalam penelitian untuk mengungkap kebenaran. Proses ini mencakup pemilihan dan penyaringan data hingga mengembangkan temuan yang akan dianalisis. Tujuannya adalah memastikan validitas data dengan membandingkan hasil wawancara dengan penelitian sebelumnya. Selain itu, penyesuaian antara data yang ditemukan dengan hasil penelitian juga dilakukan untuk membangun narasi yang koheren dan mendukung argumen penelitian. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model Miles & Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah informasi penting dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang berkaitan dengan resiliensi lansia. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif dan kategori tematik sehingga memudahkan pembacaan pola dan hubungan antar-faktor. Selanjutnya, penarikan kesimpulan dilakukan secara induktif untuk menemukan gambaran mengenai bentuk resiliensi dan strategi adaptasi lansia dalam menghadapi kesepian. Peneliti melakukan proses penarikan kesimpulan secara berkesinambungan sepanjang kegiatan penelitian

²⁹ A'yuni, "Harmonisasi Keberagaman Agama di Kampung Pancasila (Studi Pada Dusun Sumberjo, Desa Jambu, Kecamatan Kayen Kidul, Kabupaten Kediri) Skripsi, 2025, hlm. 5.

³⁰ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 2019, hlm. 244.

di lapangan.³¹ Analisis data bukan sekadar proses teknis, melainkan juga melibatkan interpretasi mendalam terhadap konteks data tersebut.³²

G. Sistematika Pembahasan

Pada penulisan penelitian ini sangat perlu menggunakan sistematika pembahasan untuk memberikan pembaca bisa dengan mudah memahami secara sistematis konsep dan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini. Adapun pada penelitian ini sistematika pembahasan terbagi menjadi lima bab, yaitu:

Bab I, ini menjelaskan mengenai pendahuluan yang dimana terdapat sub bab seperti latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kajian teoritik, dan sistematika pembahasan. Latar belakang masalah menjelaskan mengenai alasan peneliti mengambil penelitian ini. Lalu menguraikan menjadi sebuah rumusan masalah yang dimana menjadi unsur terpenting dalam penelitian ini. Tujuan dan kegunaan penelitian ini menjelaskan supaya bisa mendapat pemahaman yang bisa dikaitkan dengan sosiologi agama. Kajian pustaka sebagai perbandingan untuk menemukan pembaruan terhadap yang sedang diteliti peneliti. Metode penelitian memaparkan mengenai proses pengumpulan data saat akan melakukan penelitian. Terakhir sistematika pembahasan ini bertujuan untuk menguraikan ruang lingkup dan substansi kajian yang akan dibahas pada setiap sub bab penelitian.

Bab II, menjelaskan mengenai Gambaran umum keadaan atau kondisi dan lokasi dari penelitian yang dibahas. Gambaran lokasi merupakan dasar dalam melakukan penelitian karena semua informasi mengenai gambaran secara umum lokasi penelitian termuat di dalamnya. Gambaran umum sangat penting untuk mengetahui kondisi, aktivitas dan kegiatan kelompok lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Dengan adanya Gambaran umum ini dapat memudahkan penelitian untuk menemukan permasalahan yang akan diteliti.

Bab III pada bab ini akan fokus menjawab pertanyaan inti tentang “Bagaimana bentuk resiliensi lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dalam menghadapi kesepian?”. Bagian ini akan menguraikan secara rinci berbagai strategi, mekanisme, dan faktor pendukung yang memungkinkan mereka bertahan. Dengan menganalisis data yang terkumpul, bab ini akan memberikan gambaran menyeluruh tentang dimensi psikologis

³¹ Agus Ria Kumara, “Metodologi Penelitian Kualitatif, 2018, hlm. 79”

³² A’yuni, Harmonisasi Keberagaman Agama Di Kampung Pancasila (Studi Pada Dusun Sumberjo, Desa Jambu, Kecamatan Kayen Kidul, Kabupaten Kediri), 2025, hlm. 6.

dan sosial dari ketahanan kelompok lansia tersebut, terutama menyoroti peran interaksi dan lingkungan panti.

Bab IV pembahasan pada bab ini menjawab rumusan masalah kedua yaitu “Bagaimana praktik keagamaan mendukung resiliensi kelompok lansia dalam menghadapi kesepian di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta?”. Bagian ini akan menguraikan berbagai mekanisme adaptasi yang mereka gunakan, baik secara individual maupun kolektif. Pembahasan akan mencakup strategi praktis yang diterapkan lansia dalam kehidupan sehari-hari, bagaimana mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan panti, serta peran dukungan sosial, kegiatan komunal, dan interaksi interpersonal dalam membantu mereka menemukan cara-cara baru untuk terhubung dan mengurangi perasaan terasing. Bab ini akan menganalisis data untuk menjelaskan proses adaptasi yang kompleks, menyoroti keberhasilan dan tantangan yang dihadapi lansia dalam membentuk kembali makna hidup dan kesejahteraan di tengah kondisi kesepian dan isolasi.

Bab V merupakan bagian bab terakhir yang membahas mengenai kesimpulan atau hasil dari rumusan masalah yang telah dijawab pada bab sebelumnya. Selain itu juga peneliti memberikan saran dan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya agar lebih baik lagi dan terdapat novelty lebih banyak lagi dalam penelitian yang temanya berkaitan.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Lansia yang tinggal di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta membangun resiliensi dengan menggunakan strategi adaptif, seperti pengaturan emosi, penerimaan terhadap diri sendiri, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan yang telah dijadwalkan pihak lembaga. Kekuatan ini diperkuat oleh lingkungan pendukung meliputi peran para petugas, struktur kegiatan di lembaga, serta interaksi sosial dengan para relawan. Mengoptimalkan lingkungan yang dapat mendukung emosional dan sosial sangat penting untuk mengurangi rasa kesepian, yang pada akhirnya bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di lembaga dengan cara yang terus berlanjut.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa dalam menghadapi rasa kesepian, kegiatan keagamaan telah terbukti menjadi sumber pendukung resiliensi yang penting bagi lansia. Melalui kegiatan tersebut, lansia dapat merasakan ketenangan batin, peningkatan daya mental, dan pengembangan sikap untuk menerima kenyataan hidup. Dengan menyadari pentingnya kegiatan keagamaan dan memastikan ketersediaan fasilitas yang memadai, lembaga-lembaga dapat menyediakan layanan komprehensif yang memenuhi kebutuhan spiritual, dan fisik para lansia, sehingga membantu mereka membangun resiliensi dalam menghadapi kesepian dan berbagai tantangan hidup. Oleh karena itu, kegiatan keagamaan dan fasilitas yang tersedia merupakan unsur-unsur penting dalam mendukung resiliensi para lansia dalam menghadapi kesepian. Partisipasi para lansia dalam kegiatan keagamaan membantu mereka mengurangi rasa kesepian sekaligus menjaga kesejahteraan psikologis mereka. Selain memberikan kedamaian batin, praktik-praktik ini juga memperkuat ikatan sosial dan memberikan makna bagi kehidupan mereka.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa kemampuan bertahan lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta dalam menghadapi kesepian muncul melalui tiga aspek utama yang saling melengkapi sesuai dengan teori Grotberg, yaitu dukungan dari luar (I Have) yang mencakup kegiatan yang terorganisir, bimbingan dari petugas, serta interaksi dengan relawan dan pengunjung, kekuatan dari dalam (I Am) yang tampak dalam penerimaan diri, pemikiran positif, dan kesadaran spiritual, serta kemampuan beradaptasi (I Can) yang terlihat melalui pengelolaan emosi, inisiatif bersosialisasi, dan partisipasi aktif dalam aktivitas lembaga. Selain itu, praktik keagamaan, baik berupa pengajian dan membaca Al-Qur'an untuk lansia Muslim, maupun pendampingan rohani untuk lansia Katolik

dan Kristen, terbukti memiliki pengaruh yang sangat besar dalam meningkatkan ketahanan tersebut, karena fungsi yang lebih dari sekadar ritual ibadah, melainkan sebagai cara coping spiritual yang membantu lansia dalam menemukan makna hidup, mencapai ketenangan batin, memperluas jaringan dukungan sosial, dan mengembangkan sikap penerimaan terhadap keadaan hidup di usia tua. Secara keseluruhan, kegiatan keagamaan berperan sebagai strategi adaptasi yang efektif bagi lansia dalam menghadapi serta mengatasi rasa kesepian di lingkungan panti sosial.

B. Saran

Pada penelitian ini memiliki banyak keterbatasan seperti keterbatasan jumlah informan, saat wawancara dengan lansia beberapa mengalami kendala dikarenakan beberapa lansia yang diwawancarai memiliki gangguan pendengaran, dan cakupan agama yang tidak seimbang, walaupun studi ini mengklaim membahas tiga agama (Islam, Katolik, Kristen), fokus pembahasan sangat berat sebelah pada sisi Islam. Jumlah lansia yang menganut Katolik dan Kristen yang hanya ada 10 orang dari total 55 orang membuat mereka kurang terwakili dalam data wawancara, sehingga perbandingan antar agama tidak dapat dilakukan dengan menyeluruh, sehingga diperlukan penelitian yang lebih lanjut dan komprehensif terkait lansia yang tinggal di lembaga sosial baik pemerintah maupun swasta. Sehingga saran untuk peneliti selanjutnya dapat menjangkau informan lebih luas agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih mendalam. Pada proses mengumpulkan data penelitian, observasi lapangan yang lebih mendalam, wawancara yang dilakukan lebih intensif, dan memperoleh dokumentasi lebih lengkap agar mampu memperoleh data yang lebih akurat. Untuk kedepannya penelitian selanjutnya dapat menambahkan sudut pandang dari pengasuh, mengintegrasikan perspektif keluarga lansia, mengeksplorasi lansia yang tidak beragama, dan memperdalam perspektif komparatif antar agama agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih objektif dan beragam.

Saran untuk pihak lembaga penampungan lansia sebaiknya mempertimbangkan untuk mengintegrasikan kegiatan keagamaan ke dalam program mereka serta peran petugas lembaga dan fasilitas lebih ditingkatkan lagi. Diharapkan upaya ini dapat membantu para lansia menjalani masa tua mereka dengan kedamaian, kebahagiaan, dan makna yang lebih besar. Dengan demikian, peran praktik keagamaan dalam meningkatkan kesejahteraan dan ketahanan lansia tidak dapat diabaikan. Lembaga-lembaga tersebut juga harus memprioritaskan pemenuhan kebutuhan spiritual serta menciptakan lingkungan yang mendukung partisipasi lansia dalam kegiatan keagamaan, sehingga mereka dapat menjalani sisa hidup lebih bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Ayu Diah. “Loneliness and Social Isolation Experienced by the Elderly: A Sociological Perspective Review.” *Informasi* 18, no. 02 (2013): 203–10. <https://ejournal.kemensos.go.id/index.php/Sosioinforma/article/view/56/26>.
- Amilia, Wilanisa. “Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Wirobrajan Yogyakarta” *Mutiara Medika* 11, no. 1 (2020): 1–7.
- Birditt, Kira, Courtney Polenick, G Luong, S Charles, and K Fingerma. “Daily Interpersonal Tensions and Well-Being among Older Adults: The Role of Emotion Regulation Strategies.” *Psychology and Aging*, 2020. <https://doi.org/10.1037/pag0000416>.
- Britt, Katherine, Chad Federwitz, and Jill Hamilton. “Kebutuhan Spiritual Pada Usia Lanjut Usia: Menjembatani Penelitian Dan Praktik untuk Meningkatkan Hasil Kesehatan Pada Lanjut Usia.” *Innovation in Aging* 7 (2023): 381–82. <https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.1265>.
- Elzohairy, Nadia Waheed, Naglaa Alsaied Alfayomy, and Nagia Hassan. “Hubungan Antara Kecemasan Kematian, Kesejahteraan Spiritual, Dan Penuaan Yang Sukses Di Kalangan Lansia Yang Tinggal Di Komunitas.” *International Egyptian Journal of Nursing Sciences and Research*, 2022. <https://doi.org/10.21608/ejnsr.2022.247080>.
- Erika, P, I Harahap, and Muhammad Fuad Ali Nasution. “Eksistensi Masyarakat Islam Dan Kristen Terhadap Kegiatan Keagamaan Dalam Perspektif Islam Dan Kristen Di Desa Jawi Jawi.” *AnwaruL*, 2023. <https://doi.org/10.58578/anwarul.v3i5.1419>.
- Eriyani, Theresia, Iwan Shalahuddin, Sandra Pebrianti, and Indra Maulana. “Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Death Anxiety Pada Pasien Paliatif: Literatur Review.” *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 2024. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i4.14339>.
- Fernando, Frendi. “Manfaat Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Saat Pandemi 1” 03, no. 01 (2022): 26–43.
- Grotberg, Edith Henderson. “Resilience for Today : Resilience for Today,” 2003.
- Kilmer, Paulette D. “Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia.” *Journalism* 11, no. 3 (2010): 369–73. <https://doi.org/10.1177/1461444810365020>.

- Komatsu, H, Hidehito Niimura, and K Yagasaki. "Process of Inner Change in Advanced Age: A Qualitative Study of Older Adults in Their Early 90 S." *BMC Geriatrics* 22 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03665-5>.
- Manungkalit, Maria, and Ni Putu Wulan Purnama Sari. "Tingkat Kesepian Dan Kepuasan Hidup Terhadap Tingkat Kebahagiaan Lansia yang Tinggal Di Panti Werdha." *Malahayati Nursing Journal* 5, no. 12 (2023): 4330–44. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.12764>.
- Marni, Anigg, and Rudy Yuniawati. "Urgensi Empati Anggota Keluarga Dalam Menyikapi Kehadiran Lansia Dalam Rumah Tangga Di Desa Glonggong Kecamatan Dolopo Kabupaten Madiun." *Empathy* 3, no. 1 (2015): 1–7. journal.uad.ac.id/index.php/Empathy/article/download/3008/1747.
- Muhammad, T, Manacy Pai, K Afsal, P Saravanakumar, and C Irshad. "The Association between Loneliness and Life Satisfaction: Examining Spirituality, Religiosity, and Religious Participation as Moderators." *BMC Geriatrics* 23 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04017-7>.
- Natalia, Shanti, Christie Ruata, Arnelita Taluay, and Brenda Sangkay. "Resiliensi Dan Peran Dukungan Sosial Bagi Lansia Di Wilayah Rawan Banjir Di Kelurahan Karame" 6, no. 1 (2025): 39–53.
- Nazwa Afiva, Putri Fadilla, Salsabila Friday, Zaidan Aimar, and Robby Ardhana. "Perkembangan Agama Pada Masa Usia Lanjut." *Jurnal Kajian Islam Dan Sosial Keagamaan Vol.2* 2, no. 3 (2025): 554–59.
- Nisa Hermawati, Ila Nurlaila Hidayat. "Loneliness Pada Individu Lanjut Usia Berdasarkan Peran Religiusitas." *Psikis : Jurnal Psikologi Islami Vol. 5 No. 2 Desember 2019: 15* 5, no. 2 (2019): 155–66.
- Peronika, Enni. "Ragam Kegiatan Panti Sebagai Sarana Menciptakan Kohesivitas Antar Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta." Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016.
- Rakhmawati, Indriana, Nurhalimah Nurhalimah, and Tantri Widyarti Utami. "Improving The Quality of Life and Resilience of The Elderly with Emotion Regulation Exercises." *JKEP*, 2024. <https://doi.org/10.32668/jkep.v9i1.1087>.
- Replita. "Kondisi Keberagamaan Pada Manusia Usia Lanjut (Sebuah Pendidikan Dan Pembelajaran Pada Generasi Muda) " *Hikmah, Vol. VIII, No. 02 Juli 2014, 63-74* Vol. VIII

(2014): 63–74.

Samodara, Christina, Hendry Palandeng, and Vandri D Kallo. “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Stres Psikologis Pada Lanjut Usia Di Panri Werdha Kota Manado.” *E Journal Keperawatan* 3, no. 2 (2015): 1–9.

Sari, Viona Riana, and Fajar Ruddin. “Dinamika Perasaan Kesepian Pada Lansia Berstatus Janda Dan Tidak Lagi Tinggal Bersama Dengan Keluarga, 2023, 1-16

Septina, Anindita Buana, and Pius Heru Priyanto. “Psikologi Berbagi” Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, 2017.

Septiningsih, Dyah Siti, and Tri Na’imah. “Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi Tentang Bentuk, Faktor Pencetus Dan Strategi Koping.” *Jurnal Psikologi* 11, no. 2 (2021): 9.

Solehati, Nasihat, and Muhammad Muhib Alwi. “Resiliensi Pada Lanjut Usia Perempuan Yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya Di Desa Margomulyo Kecamatan Glenmore Banyuwangi.” *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling* 1, no. 1 (2021): 82–99. <https://doi.org/10.35719/sjigc.v1i1.2>.

Sudrajat, Ade, Muhammad Fedryansyah, and Rudi Saprudin Darwis. “Faktor Resiliensi Pada Janda Lansia” 0042 (n.d.): 111–25.

Upenieks, Laura. “Uncertainty in Faith, Fear of Death? Transitions in Religious Doubt and Death Anxiety in Later Life.” *Omega - Journal of Death and Dying* 87 (2021): 814–37. <https://doi.org/10.1177/00302228211029475>.

William A Malpica. “Analisis Struktur Kovarians (Covariance Structure Analysis) terkait Indikator Kesehatan pada Lansia di Rumah dengan Fokus pada Kesehatan Subjektif” *Block Caving – A Viable Alternative?* 21, no. 1 (2020): 1–9.

Yu, Zengyan, and Wen Liu. “Ketahanan Psikologis Remaja Dalam Hal Keseimbangan Emosional Sehari-Hari Dan Dampak Strategi Pengaturan Emosi.” *Frontiers in Psychology* 15 (2025). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1381239>.

Zhang, Zebo, Lei Jin, Jiajun Liu, Dongling Liao, and Xiaolin Zhang. “The Impact of Social Participation on the Health Status of the Older Adult: An Empirical Study Based on CGSS 2021 Data.” *PLOS ONE* 19 (2024). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0305820>.