

Agama Pada Masa Usia Lanjut

Aufi Nadra Izzati

UIN Sumatera Utara

aufinadra2011@gmail.com

Sri Aqilah Maulida

UIN Sumatera Utara

sriaqilah0301212107@uins.ac.id

Nurul Aisyah

UIN Sumatera Utara

nurulaisyah220201@gmail.com

Ramadan Lubis

UIN Sumatera Utara

ramadanlubis@uinsu.ac.id

Aloken Marwahta Br. Ginting

UIN Sumatera Utara

alokenmarwahginting@gmail.com

M. Inggit Prabowo

UIN Sumatera Utara

minggitprabowo@gmail.com

Halamsyah Hamdani

UIN Sumatera Utara

halamsyahhamdani@gmail.com

Abstract

This study aims to explain the role of religion in the elderly and how religion encourages them to live a life full of gratitude. This study emphasizes how religion plays a crucial role in the lives of the elderly, providing significant emotional, spiritual, and social support. The research methodology used is qualitative research using a library study approach, analyzing various literature such as relevant books and journals. The results of the study indicate that religion is not just an obligation, but a source of peace, and a deep meaning of life in old age. Therefore, understanding and support for the spiritual development of the elderly is very important to achieve optimal religious maturity and improve their quality of life. What needs to be of concern to all of us is the spiritual aspect in the care and support of the elderly, so that they can live their old age more meaningfully and full of hope.

Keywords: *religion, elderly*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menerangkan bagaimana peran agama pada usia lanjut dan bagaimana agama mendorong mereka untuk menjalani hidup dengan penuh syukur. Penelitian ini menekankan bagaimana agama memainkan peran yang krusial dalam kehidupan lansia, memberikan dukungan emosional, spiritual, dan sosial yang signifikan. Metodologi penelitian yang di gunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi pustaka, menganalisis berbagai literatur seperti buku dan artikel yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa agama bukan hanya sekadar kewajiban, tetapi menjadi sumber ketenangan dan makna hidup yang mendalam di usia senja. Oleh karena itu, pemahaman dan dukungan terhadap perkembangan spiritual lansia sangat penting untuk mencapai kematangan beragama yang optimal dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Yang perlu menjadi perhatian untuk kita semua yaitu aspek spiritual dalam perawatan dan dukungan bagi lansia, agar mereka dapat menjalani masa tua dengan lebih bermakna dan penuh harapan.

Kata kunci: *agama, usia lanjut*

Pendahuluan

Usia lanjut merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial. Pada tahap ini, individu sering dihadapkan pada tantangan yang kompleks, seperti penurunan kemampuan fisik yang menghambat mobilitas, berkurangnya energi, dan peningkatan risiko penyakit kronis. Selain itu, lansia kerap merasakan perasaan kesepian yang disebabkan oleh hilangnya pasangan hidup, teman-teman sebaya, atau hubungan yang renggang dengan anggota keluarga yang lebih muda. Perubahan-perubahan ini juga mendorong peningkatan kebutuhan akan dukungan emosional dan spiritual yang berfungsi sebagai sumber penguatan batin untuk menghadapi tantangan yang ada, termasuk rasa takut akan kematian dan ketidakpastian masa depan. Dalam situasi ini, agama menjadi salah satu pilar yang sangat penting bagi banyak lansia.

Lebih dari sekadar rutinitas ibadah, agama berperan sebagai sistem kepercayaan yang memberikan rasa tenang, makna hidup, dan kekuatan untuk menerima kenyataan. Agama mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan mendalam yang sering muncul pada usia lanjut, seperti tujuan hidup, makna penderitaan, dan apa yang terjadi setelah kematian. Melalui ajaran-ajaran moral dan nilai-nilai spiritual, agama membantu lansia memandang hidup dari perspektif yang lebih bermakna dan penuh harapan. Aktivitas religius dan spiritual juga memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental lansia. Dengan

melibatkan diri dalam kegiatan keagamaan, seperti beribadah di tempat ibadah, mengikuti kelompok doa, atau kegiatan sosial yang diorganisir oleh komunitas keagamaan, lansia dapat merasa lebih terhubung dengan orang lain dan mendapatkan dukungan sosial yang solid. Keterlibatan dalam aktivitas semacam ini membantu mereka mengatasi perasaan isolasi dan kesepian, meningkatkan rasa kebersamaan, serta menumbuhkan perasaan dihargai oleh sesama anggota komunitas. Dukungan sosial yang diperoleh dari komunitas keagamaan memberikan jaringan yang saling membantu dalam situasi sulit, menciptakan rasa aman dan keyakinan dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Keberadaan agama juga mendorong lansia untuk menjalani hidup dengan penuh syukur dan semangat baru. Ritual ibadah, doa, dan refleksi spiritual menjadi momen berharga untuk merenungkan perjalanan hidup yang telah dilalui dan membangun hubungan yang lebih dalam dengan Tuhan. Dengan cara ini, agama memberikan kerangka batin yang memperkuat daya tahan individu terhadap tekanan psikologis dan kecemasan, termasuk ketakutan akan kematian. Bagi banyak lansia, keyakinan bahwa hidup mereka memiliki makna dan bahwa ada sesuatu yang lebih besar menanti setelah kehidupan duniawi memberikan ketenangan batin yang tak tergantikan¹.

Dengan demikian, agama bukan hanya sekadar ajaran moral atau rangkaian ritual. Ia menjadi sumber harapan, kedamaian, dan hiburan yang membimbing individu dalam menghadapi usia lanjut dengan optimisme, keberanian, dan makna hidup yang baru. Kombinasi antara kekuatan spiritual, dukungan komunitas, dan keyakinan yang teguh memungkinkan lansia untuk menjalani sisa usia mereka dengan lebih bermakna dan penuh harapan.

Penelitian terdahulu mengenai agama pada masa usia lanjut telah dilakukan oleh berbagai penulis, salah satunya berjudul “*Perkembangan Jiwa Keagamaan pada Usia Lanjut*” oleh Ifham Choli. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa usia lanjut adalah periode penting dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan peningkatan fokus pada aspek spiritual. Dengan bertambahnya usia, seseorang cenderung mengalami penurunan fisik yang beriringan dengan peningkatan kebutuhan akan ketenangan batin dan pendekatan religius. Kehidupan keagamaan pada usia lanjut menunjukkan kemantapan

¹ Musmiller, E. (2020). Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. JIK JURNAL ILMU KESEHATAN, 4(2), 129. <https://doi.org/10.33757/jik.v4i2.299>

beragama, pengakuan terhadap ajaran agama, dan peningkatan kesadaran akan kehidupan akhirat. Proses ini didorong oleh keinginan untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian serta meninggalkan warisan kebaikan bagi generasi berikutnya. Perkembangan jiwa keagamaan ini dipengaruhi oleh faktor internal seperti kapasitas intelektual dan pengalaman, serta faktor eksternal seperti lingkungan sosial dan budaya. Dalam Islam, perhatian khusus dan perlakuan penuh kasih terhadap orang tua yang berusia lanjut adalah kewajiban keluarga, yang mencerminkan bentuk ibadah dan penghormatan yang tinggi. Oleh karena itu, pemahaman dan dukungan terhadap perkembangan spiritual pada usia lanjut menjadi esensial untuk mencapai kematangan beragama yang optimal².

Penelitian selanjutnya dengan judul “*Perkembangan Jiwa Keberagamaan pada Orang Dewasa dan Usia Lanjut*” oleh Mulyadi, menyatakan bahwa perkembangan jiwa keberagamaan pada orang dewasa dan usia lanjut melibatkan kebutuhan individual, sosial, dan agama. Pada orang dewasa, sikap keberagamaan didasari oleh pemahaman mendalam dan pendalaman terhadap ajaran agama, sementara pada usia lanjut, kehidupan keagamaan mencapai tingkat kemantapan. Perasaan takut terhadap kematian di usia lanjut sering mendorong peningkatan sikap keagamaan dan kepercayaan akan kehidupan abadi. Dalam pandangan Islam, perlakuan terhadap orang tua yang sudah lanjut usia merupakan tanggung jawab keluarga, dan perhatian serta kasih sayang harus diberikan secara langsung. Beragama bagi orang dewasa dan lansia bukan hanya menjadi bagian dari sikap hidup, tetapi juga mencerminkan kematangan beragama yang ditunjukkan melalui pemahaman, penghayatan, dan penerapan nilai-nilai luhur ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari³.

Sementara itu, penelitian ini membahas beberapa aspek penting terkait agama pada masa usia lanjut. Fokus utama penelitian ini adalah untuk menggali dan menganalisis pengertian usia lanjut, serta karakteristik khas yang dimilikinya. Penelitian ini juga akan mengidentifikasi masalah-masalah keagamaan yang sering dihadapi lansia, seperti kesulitan dalam menjalankan ibadah akibat penurunan fisik atau kekhawatiran tentang

² Choli, I. (2018). PERKEMBANGAN JIWA KEAGAMAAN PADA USIA LANJUT. Al-Risalah, 8(2), 97–109. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v8i2.374>

³ Mulyadi. (2015). Perkembangan Jiwa Keberagamaan pada Orang Dewasa dan Usia Lanjut. Jurnal Al-Taujih : Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami, 1(1). <https://dx.doi.org/10.15548/atj.v1i1.922>

kehidupan setelah mati. Selain itu, penelitian ini akan mengkaji ciri-ciri sikap keberagamaan lansia, termasuk peningkatan kedalaman spiritualitas dan perubahan dalam praktik ibadah mereka seiring bertambahnya usia. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi tahap-tahap kematangan beragama yang dialami oleh lansia, dengan mempertimbangkan faktor-faktor internal seperti pengalaman hidup dan faktor eksternal seperti lingkungan sosial.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*) untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber yang berkaitan dengan agama pada masa usia lanjut, seperti buku, artikel, dan dokumen relevan lainnya. Menurut Sugiono, studi pustaka adalah analisis teoritis yang mencakup referensi dan literatur ilmiah lain yang mempertimbangkan budaya, nilai, dan norma yang ada dalam konteks sosial yang sedang diteliti⁴. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh akan dikumpulkan, diorganisir, dan dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai konsep agama pada masa usia lanjut. Penelitian ini akan mengeksplorasi berbagai perspektif dan temuan yang ada dalam literatur yang tersedia, sehingga dapat dihasilkan pemahaman yang mendalam mengenai tema ini.

Temuan Penelitian

Pengertian Usia Lanjut

Menurut Kroll dan Hawkins (dalam Akbar et al., 2021, p. 393). Lanjut usia atau usia tua (lansia) adalah suatu periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh bermanfaat. Masyarakat kita saat ini memandang para lanjut usia sebagai orang-orang yang kurang produktif, kurang menarik, kurang energik, mudah lupa, barangkali kurang bernilai dibandingkan dengan mereka yang masih dalam keadaan prima⁵. Usia lanjut adalah bagian akhir dari masa dewasa. Usia lanjut

⁴ Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D (19th ed.). Alfabeta.

⁵ Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. Jurnal Abdidas, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>

terentang dari usia 60 tahun sampai akhir hayat. Sama dengan masa. Masa kehidupan lainnya, usia lanjut memiliki karakteristik tersendiri Ahli psikologi membagi usia lanjut kepada dua pase yaitu usia lanjut dini, dimulai dari usia 60-70 tahun. Kemudian usia lanjut, mulai dari usia 70 tahun ke atas. Pada usia lanjut terjadi perubahan fisik dan psikis. Perubahan fisik dan psikis ini membawa pengaruh pada penyesuaian diri yang dapat terjadi dalam bentuk penyesuaian diri yang baik atau buruk. Usia ini tergantung pada bagaimana orang usia lanjut mensikapi keadaannya. Ciri yang paling menarik pada usia lanjut adalah penyesuaian diri yang cenderung memburuk. Baik-buruknya penyesuaian diri pada usia lanjut tidak sepenuhnya tergantung pada faktor usia, tetapi lebih ditentukan sikap hidup sebelumnya⁶.

Di dalam buku Syamsu Yusuf termaktub bahwa salah satu tugas perkembangan masa dewasa adalah pemantapan wawasan, sikap dan pengamalan ajaran agama (pemantapan kesadaran beragama). Secara teoritis, perkembangan kesadaran beragama ini seiring dengan bertambah usia seseorang. Dengan demikian, secara hipotetik dapat dirumuskan, bahwa "semakin bertambah usia (semakin dewasa umur) seseorang semakin mantap kesadaran beragamanya"⁷.

Asumsi di atas ternyata tidak selalu benar, karena dalam kehidupan nyata, tidak sedikit orang dewasa yang sikap dan perilakunya tidak selaras atau bertentangan dengan nilai-nilai agama. Bentuk-bentuk kejahatan, kriminalitas, atau dekadensi moral yang setiap hari diberitakan media massa (televisi, koran, dan majalah), seperti pencurian, perampokan, korupsi, pembunuhan, penjualan, dan penggunaan obat-obat terlarang (NAZA atau Narkoba), penjualan VCD-VCD porno, perzinahan dan perjudian, pada umumnya dilakukan oleh mereka yang berusia dewasa (baik dari kalangan pejabat/bi maupun warga masyarakat biasa). Mengapa hal itu bisa terjadi, karena banyak faktor yang memengaruhi perjalanan kehidupan beragama seseorang, termasuk orang dewasa.

Meningkatnya minat beragama pada usia lanjut, karena mereka sudah merasa tidak

⁶ Sitorus, M. (2011). Psikologi Agama. Perdana Publishing. pp. 86–87

⁷ Yusuf, S. (2013). Perkembangan peserta didik: Mata kuliah dasar profesi (MKDP), bagi para mahasiswa calon guru di LPTK. Rajawali Pers. p. 42

dipedulikan oleh lingkungannya. Kondisi sepi ini membuat mereka perlu mencari teman. Dengan mengikuti pengajian-pengajian keagamaan atau menjadi jamaah gereja membuat mereka lebih mudah mendapatkan teman. Pada usia 70 tahun keatas sebagian mereka yang memiliki kesehatan yang kurang baik tidak dapat lagi mengikuti kegiatan-kegiatan pengajian atau misa meskipun minat mereka terhadap kegiatan tersebut masih tinggi. Mereka akan lebih selalu melakukan ibadah keagamaan di rumah secara maksimal. Walaupun belum ada penelitian berapa besar hubungan antara usia dengan pengalaman agama, namun semakin tua umumnya orang semakin peduli dengan agama. Namun kondisi kesehatan fisik juga mendukung minat beragama. Di samping itu, minat beragama secara umum ditentukan dari usia-usia sebelumnya, meskipun kadang-kadang terjadi perubahan sikap beragama yang drastis pada diri seseorang⁸.

Masalah-Masalah Beragama Pada Usia Lanjut

Secara umum, masalah beragama pada usia lanjut meliputi perubahan dalam kebutuhan spiritual, keterbatasan fisik, dan dukungan sosial yang berpengaruh pada praktik keagamaan. Lansia cenderung lebih memperhatikan aspek spiritual sebagai sarana untuk mencapai kedamaian batin dan makna hidup. Namun, keterbatasan fisik seperti menurunnya mobilitas, kemampuan indera, serta gangguan kesehatan kronis, dapat menjadi penghalang bagi mereka dalam berpartisipasi dalam aktivitas keagamaan secara langsung. Selain itu, berkurangnya dukungan sosial, terutama dari keluarga dan komunitas, sering kali menimbulkan rasa kesepian dan menurunkan semangat mereka dalam beragama. Studi menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia, orang lanjut usia cenderung memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk mendalami agama sebagai cara untuk mengatasi ketakutan akan kematian dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara emosional. Beberapa lansia juga mengalami proses refleksi atau pemaknaan ulang terhadap ajaran agama yang mereka yakini⁹.

Dalam perspektif Islam, beragama pada usia lanjut memiliki makna yang mendalam. Islam menganjurkan setiap Muslim untuk selalu meningkatkan ketakwaan,

⁸ Lubis, R. (2019). Psikologi Agama. Perdana Publishing. pp. 131–132

⁹ Mahmudin, M. (2018). Rukhsah (Keringanan) Bagi Orang Sakit Dalam Perspektif Hukum Islam. Al Qalam: JURNAL ILMIAH KEAGAMAAN DAN KEMASYARAKATAN, 65.
<https://doi.org/10.35931/aq.v0i0.4>. p.67

terutama di usia lanjut yang dianggap sebagai persiapan menuju akhirat. Lansia Muslim diharapkan untuk memanfaatkan sisa umur mereka dengan beribadah dan memperbanyak amal sebagai persiapan menghadapi kematian. Namun, Islam juga memberikan kelonggaran atau *rukhsah* bagi lansia yang memiliki keterbatasan fisik. Contohnya, lansia yang tidak mampu berdiri dapat melakukan shalat sambil duduk atau berbaring sesuai kemampuan mereka, sebagaimana ditegaskan dalam hadits Nabi Muhammad SAW. Selain itu, dalam Islam, peran keluarga sangat penting untuk mendukung lansia dalam menjalankan ibadahnya. Al-Qur'an dan hadits menekankan pentingnya anak-anak untuk berbakti dan menjaga orang tua di usia lanjut, terutama dalam mendukung kebutuhan spiritual mereka. Dalam Islam, keluarga juga dipandang sebagai sumber utama dukungan spiritual bagi lansia, di mana anak-anak dianjurkan untuk membantu orang tua mereka menghadiri majelis taklim, memfasilitasi perjalanan haji, dan kegiatan lain yang membantu lansia menjalani kehidupan beragama dengan lebih tenang.

Masalah-masalah beragama pada usia lanjut meliputi berbagai tantangan yang dialami oleh orang lanjut usia dalam menjalani dan memahami praktik keagamaan. Masalah ini dapat mencakup perubahan dalam kebutuhan spiritual, keterbatasan fisik, serta faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi cara mereka beragama. Berikut adalah beberapa poin yang relevan berdasarkan kajian aktual:

1. Perubahan Kebutuhan Spiritual

Peralihan Fokus Spiritual: Pada usia lanjut, banyak orang mulai lebih memusatkan perhatian pada persiapan kehidupan akhirat. Hal ini sering kali ditandai dengan peningkatan ketertarikan pada kegiatan keagamaan yang bersifat kontemplatif, seperti doa dan meditasi.

Perasaan Dekat dengan Kematian: Ketakutan atau kekhawatiran terkait kehidupan setelah mati dapat memotivasi mereka untuk memperdalam praktik keagamaan, namun juga bisa menimbulkan kecemasan.

2. Keterbatasan Fisik dan Akses ke Aktivitas Keagamaan

Keterbatasan Mobilitas: Banyak orang lanjut usia mengalami kesulitan fisik yang menghalangi mereka untuk menghadiri tempat ibadah. Misalnya, keterbatasan berjalan atau duduk dalam waktu lama dapat memengaruhi partisipasi dalam ibadah formal.

Akses Teknologi: Beberapa kegiatan keagamaan mulai beralih ke platform digital, terutama setelah pandemi COVID-19. Namun, tidak semua lansia memiliki akses atau keterampilan untuk memanfaatkan teknologi ini.

3. Pengaruh Psikologis

Rasa Kesepian dan Dukungan Sosial: Banyak lansia merasakan kesepian karena berkurangnya dukungan sosial, baik dari keluarga maupun teman sebaya yang sudah meninggal atau jarang bertemu. Dukungan sosial sangat penting dalam mempertahankan praktik keagamaan yang konsisten.

Depresi dan Kecemasan: Lanjut usia sering kali menghadapi masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, yang dapat mempengaruhi praktik keagamaan. Bagi sebagian lansia, keyakinan beragama bisa menjadi sumber dukungan emosional.

4. Perubahan Perspektif Keagamaan

Pemaknaan Ulang Ajaran Keagamaan: Pada tahap usia lanjut, sebagian orang mulai meninjau kembali pemahaman dan interpretasi mereka terhadap ajaran agama. Hal ini bisa disebabkan oleh refleksi hidup yang panjang dan perubahan prioritas.

Interaksi antar Generasi: Lansia kadang-kadang merasa bingung atau terasing oleh interpretasi keagamaan yang lebih liberal atau modern dari generasi yang lebih muda, yang mungkin tidak sejalan dengan keyakinan mereka.

5. Adaptasi Lingkungan dan Kebutuhan Ibadah

Adaptasi Tempat Ibadah: Untuk memenuhi kebutuhan lansia, beberapa tempat ibadah mulai menyediakan fasilitas yang ramah lansia, seperti kursi khusus, aksesibilitas yang lebih baik, atau sesi ibadah yang lebih singkat.

Peran Komunitas Keagamaan: Komunitas keagamaan yang mendukung lansia dapat membantu mereka untuk terus terlibat dalam praktik keagamaan dan menjaga hubungan sosial.

Dalam konteks Islam, masalah-masalah beragama pada usia lanjut memiliki dimensi spiritual dan sosial yang unik. Islam menekankan pentingnya ibadah, peningkatan ketakwaan, dan persiapan untuk kehidupan akhirat, yang semakin relevan di usia lanjut.

Berikut adalah beberapa penjabaran yang sesuai dengan perspektif Islam terkait masalah beragama pada usia lanjut:

1. Persiapan Menuju Akhirat

Peningkatan Ketakwaan dan Ibadah: Lansia Muslim sering kali lebih fokus dalam memperbanyak ibadah sebagai persiapan menuju kehidupan akhirat. Islam mengajarkan bahwa setiap manusia akan menghadapi hari perhitungan, sehingga banyak lansia yang lebih rajin dalam shalat, membaca Al-Qur'an, berdoa, dan berzikir untuk mendekatkan diri pada Allah SWT.

Kesadaran Diri tentang Kematian: Dalam Islam, mengingat mati adalah ibadah yang menguatkan iman. Lansia sering kali merasa lebih dekat dengan kematian dan mempersiapkan diri untuk menghadapi akhirat dengan meningkatkan amalan-amalan sunnah, menunaikan zakat, dan, jika mampu, berangkat haji.

2. Keterbatasan Fisik dan Adaptasi dalam Ibadah

Kemudahan dalam Melaksanakan Ibadah: Islam memberikan keringanan atau rukhsah bagi orang yang memiliki keterbatasan fisik, termasuk lanjut usia. Mereka dapat melakukan shalat sambil duduk atau bahkan berbaring jika tidak mampu berdiri. Hal ini berdasarkan sabda Rasulullah SAW: “Shalatlah sambil berdiri; jika kamu tidak mampu, maka sambil duduk dan jika tidak mampu, maka sambil berbaring.” (HR. Bukhari).

Ibadah Haji dan Umrah: Untuk ibadah haji dan umrah, Islam memperbolehkan lansia yang tidak mampu secara fisik untuk menggunakan bantuan orang lain atau peralatan (seperti kursi roda). Jika benar-benar tidak mampu, lansia bisa diwakilkan melalui badal haji, yaitu ibadah haji yang dilaksanakan oleh orang lain atas nama mereka.

3. Pengaruh Psikologis dan Dukungan Spiritual

Peran Keluarga dalam Memberikan Dukungan: Islam sangat menekankan penghormatan dan perawatan terhadap orang tua, terutama yang sudah lanjut usia. Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman, “Dan Kami perintahkan kepada manusia agar berbuat baik kepada kedua orang tua...” (QS. Al-Isra': 23). Dukungan emosional dan spiritual dari keluarga membantu lansia Muslim untuk menjalani kehidupan yang lebih tenang dan tetap bisa beribadah.

Mengatasi Rasa Kesepian Melalui Silaturahmi: Lansia Muslim diharapkan untuk tetap menjaga silaturahmi dan terlibat dalam kegiatan sosial keagamaan, seperti majelis taklim atau pengajian, yang dapat memberikan dukungan sosial dan mengurangi rasa kesepian.

4. Perubahan Perspektif Keagamaan dan Perenungan Hidup

Pemaknaan Ulang terhadap Ajaran Islam: Pada usia lanjut, banyak Muslim yang mulai lebih mendalami makna ajaran Islam, terutama terkait konsep tawakkal (berserah diri pada Allah) dan ikhlas (ketulusan). Refleksi ini memungkinkan mereka menerima berbagai pengalaman hidup dan bersikap tenang dalam menghadapi ujian.

Peningkatan Amal Jariah: Bagi lansia Muslim, amal jariyah (amal yang pahalanya terus mengalir) menjadi perhatian khusus. Mereka sering kali lebih fokus untuk bersedekah atau terlibat dalam proyek sosial keagamaan, seperti mendukung pembangunan masjid, panti asuhan, atau pendidikan agama, yang akan menjadi amal yang terus memberi pahala meskipun mereka sudah wafat.

5. Tantangan Adaptasi dalam Ibadah

Peran Teknologi dalam Aktivitas Keagamaan: Seiring perkembangan teknologi, banyak lansia yang belum terbiasa menggunakan perangkat digital untuk mengikuti kajian agama secara daring. Beberapa organisasi Islam kini memberikan pelatihan penggunaan teknologi kepada lansia agar tetap terhubung dengan kegiatan keagamaan meski dari rumah.

Keterlibatan dalam Komunitas Muslim: Komunitas Muslim dapat membantu lansia dengan menyediakan fasilitas yang ramah, seperti kursi untuk shalat, pengaturan jadwal shalat yang fleksibel, dan dukungan transportasi menuju masjid atau tempat kajian¹⁰.

Ciri-Ciri Sikap Keberagamaan Pada Usia Lanjut

Secara garis besar ciri-ciri keberagamaan di usia lanjut adalah:

¹⁰ Lase, N. P., & Souisa, D. L. R. (2021). Peran Keluarga bagi Orang Usia Lanjut. SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora dan Kebudayaan, 14(2), 87–96. <https://doi.org/10.36588/sundermann.v14i2.76>. Pp. 86-87

1. Kehidupan keagamaan pada usia lanjut sudah mencapai tingkat kematapan.
2. Meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan.
3. Mulai muncul pengakuan terhadap relitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh.
4. Sikap keagamaan cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antara sesama manusia serta sifat-sifat luhur.
5. Timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan penambahan usia lanjutnya.
6. Perasaan takut pada kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap keagamaan dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan abadi (akhirat)¹¹.

Ciri-ciri sikap keberagamaan pada usia lanjut memiliki ciri-ciri yang seringkali lebih mendalam dan mantap dibandingkan usia-usia lainnya. Berikut beberapa ciri-ciri yang umum:

1. Peningkatan Ketaatan Beragama; Pada usia lanjut, individu seringkali meningkatkan ketaatan dalam menjalankan ibadah. Mereka merasa lebih terdorong untuk lebih dekat dengan Tuhan dan berusaha menjalankan kewajiban agama dengan lebih konsisten.
2. Pendalaman: Sikap Spiritual keberagamaan pada usia lanjut cenderung fokus pada aspek-aspek spiritual dan kedamaian batin. Mereka lebih fokus pada pemaknaan hidup, refleksi diri, dan upaya mencapai ketenangan jiwa melalui ibadah atau praktik keagamaan lainnya.
3. Kepedulian Pada Persiapan Akhirat: Usia lanjut memicu kesadaran akhirat yang lebih kuat. Mereka memiliki kepedulian lebih besar terhadap bekal untuk kehidupan setelah mati, seperti dengan memperbanyak amal ibadah, berderma, atau memperbaiki hubungan sosial sebagai bagian dari persiapan spiritual.
4. Ingin Untuk Memaafkan dan Meminta Maaf: Banyak individu lanjut usia lebih cenderung untuk memaafkan kesalahan orang lain dan juga meminta maaf atas kesalahan yang mungkin mereka lakukan. Ini menjadi bagian dari upaya untuk mencapai ketenangan dan mengurangi beban perasaan.

¹¹ Lubis, R. (2019). Psikologi Agama. Perdana Publishing. pp. 133

5. Perubahan Prioritas Nilai Kehidupan: Pada usia lanjut, nilai-nilai materi seringkali menjadi kurang penting. Mereka lebih mengutamakan hubungan sosial yang harmonis, ketenangan batin, dan kedekatan dengan Tuhan. Kebahagiaan tidak lagi diukur dari pencapaian duniawi, tetapi dari ketenangan jiwa.
6. Peran Sebagai Pemberi Nasihat: Individu usia lanjut yang religius sering mengambil peran sebagai penasehat bagi generasi muda. Mereka cenderung membagikan pengalaman hidup dan pengetahuan agama yang dimiliki sebagai bentuk pengabdian dan kontribusi kepada lingkungan sosialnya.
7. Kesabaran dan Ketabahan Lebih Tinggi: Sikap keberagamaan yang matang seringkali membentuk pribadi yang lebih sabar dan tabah dalam menghadapi berbagai ujian hidup. Mereka merasa bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah kehendak Tuhan dan lebih ikhlas dalam menerima setiap ketentuan¹².

Tahap-Tahap Kematangan Beragama

Tahap-tahap kematangan beragam mengacu pada proses perkembangan seseorang dalam menjalani dan memahami agama dari waktu ke waktu. Menurut beberapa psikolog dan tokoh agama, tahapan ini menggambarkan bagaimana seseorang berkembang dari pemahaman sederhana hingga mencapai kedalaman dan integritas dalam beragama. Berikut ini adalah penjelasan singkat mengenai tahap-tahap tersebut:

1. Tahap Imitasi (Usia Dini - Kanak-Kanak)

Pada tahap ini, pemahaman agama bersifat sangat dasar dan sederhana. Anak-anak belajar agama dengan meniru apa yang dilakukan oleh orang tua atau orang dewasa di sekitarnya. Mereka cenderung mengikuti aturan dan ritual agama tanpa memahami makna yang mendalam.

2. Tahap Konformitas (Remaja Awal)

Pada tahap ini, seseorang mulai mengikuti nilai-nilai agama untuk menyesuaikan diri dengan kelompok atau lingkungan sosialnya. Pemahaman agama belum mandiri,

¹² Mulyadi. (2015). Perkembangan Jiwa Keberagamaan pada Orang Dewasa dan Usia Lanjut. Jurnal Al-Taujih : Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami, 1(1). <https://dx.doi.org/10.15548/atj.v1i1.922>, p. 45

sehingga motivasinya seringkali diterima oleh orang lain atau memenuhi harapan masyarakat.

3. Tahap Individual-Reflektif (Remaja Akhir - Dewasa Awal)

Tahap ini ditandai dengan pencarian makna dan identitas pribadi dalam agama. Seseorang mulai mengkritisi dan menafsirkan nilai-nilai agama yang diajarkan, mencoba memahami agama berdasarkan pengalaman pribadi dan bukan sekedar warisan atau tradisi. Ini adalah fase penting dalam membentuk tampilan beragama yang lebih dewasa¹³.

4. Tahap Kematangan Beragama (Dewasa)

Pada tahap ini, seseorang mencapai pemahaman agama yang lebih mendalam, stabil, dan terintegrasi. Orang dengan kematangan beragama memahami esensi ajaran agama dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari secara fleksibel, tidak hanya sebatas formalitas atau ritual. Mereka mampu menghargai perbedaan dan toleransi terhadap pemahaman agama lain.

5. Tahap Universal (Kedewasaan Spiritual Tertinggi)

Tahap ini adalah puncak dari kematangan beragama, di mana seseorang memiliki pandangan hidup yang universal, penuh kasih sayang, dan empati terhadap semua makhluk. Seseorang pada tahap ini memandang agama sebagai sumber nilai kemanusiaan universal dan menjalankan ajaran agama untuk kebaikan seluruh umat manusia.

Tahapan-tahap ini tidak bersifat absolut, dan tidak semua individu mencapai setiap tahapan. Perkembangan ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan, pengalaman hidup, dan pemahaman individu tentang agama yang dianut¹⁴.

Kesimpulan

Agama memiliki peran penting dalam kehidupan lansia, menjadi sumber makna hidup, ketenangan batin, dan dukungan sosial. Lansia cenderung lebih fokus pada

¹³ Abdurrohman, G. A. S. (2024). Kematangan Beragama Takmir Masjid Alkhoir Kalimasada Padukuhan Ambarrukmo Caturtunggal Sleman Yogyakarta. p. 15

¹⁴ Frianty, R., & Yudianti, E. (2015). Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Strategi Coping Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri. Psikis: Jurnal Psikologi Islami, 1(1), 59–70.

spiritualitas untuk mempersiapkan kehidupan akhirat, meskipun keterbatasan fisik dapat mengurangi partisipasi mereka dalam aktivitas keagamaan. Dukungan dari keluarga dan komunitas keagamaan membantu menjaga semangat mereka dalam beribadah. Dalam Islam, perhatian terhadap lansia sangat ditekankan melalui dukungan emosional dan spiritual. Agama juga memperkuat daya tahan psikologis lansia, menjadikan masa tua lebih bermakna dan penuh harapan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrohman, G. A. S. (2024). Kematangan Beragama Takmir Masjid Alkhoir Kalimasada Padukuhan Ambarrukmo Caturtunggal Sleman Yogyakarta.
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Choli, I. (2018). PERKEMBANGAN JIWA KEAGAMAAN PADA USIA LANJUT. *Al-Risalah*, 8(2), 97–109. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v8i2.374>
- Frianty, R., & Yudiani, E. (2015). Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Strategi Coping Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 1(1), 59–70.
- Lase, N. P., & Souisa, D. L. R. (2021). Peran Keluarga bagi Orang Usia Lanjut. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora dan Kebudayaan*, 14(2), 87–96. <https://doi.org/10.36588/sundermann.v14i2.76>
- Lubis, R. (2019). *Psikologi Agama*. Perdana Publishing.
- Mahmudin, M. (2018). Rukhsah (Keringanan) Bagi Orang Sakit Dalam Perspektif Hukum Islam. *Al Qalam: JURNAL ILMIAH KEAGAMAAN DAN KEMASYARAKATAN*, 65. <https://doi.org/10.35931/aq.v0i0.4>.
- Mulyadi. (2015). Perkembangan Jiwa Keberagamaan pada Orang Dewasa dan Usia Lanjut. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 1(1). <https://dx.doi.org/10.15548/atj.v1i1.922>
- Musmiller, E. (2020). Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 4(2), 129. <https://doi.org/10.33757/jik.v4i2.299>
- Sitorus, M. (2011). *Psikologi Agama*. Perdana Publishing.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D* (19th ed.). Alfabeta.
- Yusuf, S. (2013). Perkembangan peserta didik: Mata kuliah dasar profesi (MKDP), bagi para mahasiswa calon guru di LPTK. Rajawali Pers.