MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI DESA KLATAKAN KABUPATEN SITUBONDO

Vanissa Fisca Aurelia Eviolina [1*], Sofia Rhosma[2], Dian Ratna Elmaghfuroh [3]
[123]Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Jember 68121, Indonesia

E-mail: v.anissaf04@gmail.com, sofia.rhosma@unmuhjember.ac.id, dianelma@unmuhjember.ac.id

Abstract

Abstract

***Introduction**: The elderly face various challenges due to the aging process, including physical, psychological, social, and economic decline, which often leads to adaptation difficulties, stress, anxiety, and feelings of loss of meaning in life, ultimately resulting in a decrease in overall quality of life. This study aims to analyze the relationship between religiosity and the quality of life of the elderly in Klatakan Village, Situbondo Regency.* ***Methods**: This research used a quantitative correlational cross-sectional design. The study population and sample consisted of all elderly individuals in Krajan Hamlet, Klatakan Village, Situbondo Regency, totaling 153 respondents, selected using a multistage random sampling technique. Data were collected through questionnaires on religiosity and quality of life in the elderly, then analyzed univariately and bivariately using the Spearman Rho test with a significance level of α=0.05.* ***Results**: It was found that 94.8% of the elderly were in the high category of religiosity, 2.6% in the moderate, 2% in the very high, and 0.7% in the low category, while 79.7% had a high quality of life, 18.3% moderate, and 2% very high. The Spearman Rho test showed a p-value of 0.001 (<0.05), indicating a relationship.* ***Conclusion**: There is a very significant positive relationship between religiosity and the quality of life of the elderly in Klatakan Village, Situbondo Regency. An increase in religiosity correlates with an improvement in the quality of life of the elderly.*

***Keywords**: Religiosity, Quality of Life, Elderly, Self-Transcendence, Klatakan Village, Situbondo.*

Abstrak

Pendahuluan: Lansia menghadapi berbagai tantangan akibat proses penuaan, termasuk penurunan kondisi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi, yang seringkali menyebabkan kesulitan beradaptasi, stres, kecemasan, dan perasaan kehilangan makna hidup, berujung pada penurunan kualitas hidup secara menyeluruh. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan religiusitas dengan kualitas hidup lansia di Desa

Article history
Received: Agustus 2025
Reviewed: Agustus 2025
Published: Agustus 2025
Plagirism checker no 234
Doi : prefix doi : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Nutricia

This work is licensed under a creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Klatakan Kabupaten Situbondo. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional cross-sectional. Populasi dan sampel penelitian adalah seluruh lansia di Dusun Krajan, Desa Klatakan, Kabupaten Situbondo, berjumlah 153 responden, menggunakan teknik multistage random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner religiusitas dan kualitas hidup lansia, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman Rho* dengan tingkat signifikansi α=0,05. **Hasil:** Ditemukan bahwa 94,8% lansia berada pada kategori tinggi, sedang 2,6%, sangat tinggi 2%, dan rendah 0,7%, sementara 79,7% memiliki kualitas hidup tinggi, 18,3% sedang, dan 2% sangat tinggi. Uji Spearman Rho menunjukkan nilai p-value 0,001 (<0,05), menandakan adanya hubungan. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan *positif* yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kualitas hidup lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo. Peningkatan religiusitas berkorelasi dengan peningkatan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci: Religiusitas, Kualitas Hidup, Lansia, *Self-Transcendence*, Desa Klatakan, Situbondo.

PENDAHULUAN

Banyak lansia yang mengalami gangguan kecemasan akibat ketidaksiapan menghadapi kematian. Mereka sering merasa cemas, takut, dan gelisah karena merasa masih banyak hal dalam hidup yang belum tercapai. Kecemasan ini ditandai oleh perasaan tidak berdaya, ketakutan terhadap rasa sakit terminal, hingga munculnya pikiran negatif (Herman et al., 2023). Lansia yang tidak mendapatkan penanganan psikologis yang tepat berisiko mengalami penurunan kualitas hidup secara drastis.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2024, proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 11,75% dari total populasi. Hal ini menunjukkan bahwa dari total populasi 270 juta jiwa, sekitar 30 juta di antaranya adalah penduduk lanjut usia. Angka ini mencerminkan rasio beban demografi sebesar 17,08%, artinya untuk setiap 100 orang dalam kelompok usia produktif (15–59 tahun), terdapat 17 orang lanjut usia yang perlu didukung. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2025, Indonesia akan mengalami peningkatan sebesar 41,4% dalam jumlah penduduk lanjut usia, yang merupakan tingkat pertumbuhan tertinggi di antara negara-negara anggota PBB. Selain itu, PBB memperkirakan bahwa di tahun 2050, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia akan mencapai 60 juta (Akbar et al., 2021)

Di Jawa Timur jumlah lansia mencapai 5.994.931 jiwa, khususnya di Kabupaten Situbondo jumlah lansia pada tahun 2020 mencapai 100.602 jiwa. Dengan jumlah lansia terbanyak berada di Desa Klatakan sebanyak 1329 lansia. Peningkatan jumlah lansia ini perlu menjadi perhatian untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Ketika seseorang memasuki usia lanjut, kemampuan fisik dan metabolisme tubuh mulai menurun. Lansia tidak lagi seproduktif dulu dan cenderung lebih bergantung pada orang lain. Banyak dari mereka juga mulai kehilangan pasangan hidup, pensiun dari pekerjaan, dan mengalami perubahan peran dalam keluarga. Di tahap ini, lansia mulai dihadapkan pada realitas kematian sebagai fase yang semakin dekat. Bagi lansia yang tidak memiliki dasar spiritual yang kuat atau pemaknaan hidup yang dalam, kondisi ini dapat menimbulkan kecemasan yang tinggi. Mereka mulai mempertanyakan tujuan hidup dan mengalami tekanan psikologis karena merasa

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

belum siap untuk meninggalkan dunia. Jika tidak mendapatkan dukungan sosial, emosional, dan spiritual yang memadai, kondisi ini berlanjut menjadi penurunan kualitas hidup secara menyeluruh. Lansia merasa kesepian, hampa, tidak bermakna, bahkan bisa mengalami gangguan kejiwaan yang serius. Mereka kehilangan semangat hidup dan merasa hidupnya tidak lagi berguna (Luhung et al., 2020).

Pendekatan ini telah terbukti efektif dalam menangani masalah psikologis lansia adalah pendekatan religiusitas. Religiusitas dapat menjadi kekuatan internal yang mampu memperkuat makna hidup, memberikan ketenangan batin, serta menjadi landasan dalam menghadapi berbagai perubahan di usia senja. Berbagai bentuk praktik keagamaan seperti dzikir, sholat, istighfar, dan mengikuti kajian rohani terbukti mampu menenangkan hati, memperkuat spiritualitas, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia (Fani Masruroh & Hielmi Anjaini Rahma, 2023).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Irawan (2023) tentang pengaruh pemberian terapi berdzikir terhadap kesejahteraan psikologis lansia di pondok lansia, didapatkan bahwa terapi dzikir berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis lansia. Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh Ariani (2022) tentang menggapai kesejahteraan psikologis melalui terapi istighfar, yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat diperoleh seseorang melalui terapi istighfar, sehingga dapat dikatakan bahwa terapi istighfar memberikan efek positif pada lansia. Didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2021) tentang dampak sholat dalam meningkatkan ketenangan batin, ditemukan bahwa sholat mampu memberikan efek relaksasi dan kedamaian bagi lansia, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis lansia. Selain itu, hasil studi yang dilakukan oleh Putra (2020) tentang kajian rohani menunjukkan bahwa kegiatan rohani seperti pengajian, tafsir Al-Qur'an, dan doa bersama dapat meningkatkan rasa kebersamaan, mengurangi stres, serta memberikan makna hidup yang lebih dalam bagi lansia, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mereka (Irawan et al., 23).

Lebih jauh, pendekatan religius tidak hanya memberikan ketenangan secara individual, tetapi juga memperkuat koneksi sosial lansia dengan komunitasnya. Melalui kegiatan keagamaan yang dilakukan secara kolektif, seperti pengajian rutin, doa bersama, atau majelis dzikir, lansia dapat merasakan kebersamaan, mengurangi kesepian, dan membentuk jaringan dukungan sosial yang sangat penting bagi kesehatan mental mereka. Keterlibatan dalam aktivitas spiritual ini menciptakan rasa dihargai, merasa masih berperan, dan meningkatkan kepercayaan diri lansia dalam menjalani kehidupannya (Irwan et al., 2022).

Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk membahas hubungan religiusitas dengan kualitas hidup lansia, serta bagaimana praktik keagamaan seperti dzikir, sholawat , dan kegiatan rohani lainnya dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.

METODE

Penelitian ini mengadopsi desain korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Pendekatan *cross-sectional* digunakan untuk meneliti hubungan antara faktor risiko dan dampaknya melalui observasi atau pengumpulan data pada satu titik waktu. Berdasarkan konsep tersebut, penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara religiusitas dan kualitas hidup lansia di Desa Klatakan, Kabupaten Situbondo. Populasi pada penelitian ini sebanyak 1329 lansia yang tersebar dalam 7 dusun. Besar sampel pada penelitian ini, penentuan dilakukan menggunakan hasil perhitungan dengan rumus Slovin sebanyak 153 lansia dengan kriteria inklusi dan ekslusi yang telah ditentukan. Pengukuran variabel religiusitas menggukan kuesioner *Spiritual Involvement and Beliefs Scale (SIBS)* (Setyowati & Hakim, 2019). Variabel dependen diukur menggunakan Kuesioner *WHOQOL OLD* (Gondodiputro et al., 2021). analisis bivariat digunakan untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara religiusitas dan kualitas hidup lansia dengan menerapkan uji *Spearman Rho*.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

HASIL

Karakteristik Responden

Jenis Kelamin

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase %
Laki – laki	12	7,84
Perempuan	141	92,16
Total	153	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa jumlah terbanyak responden dalam penelitian ini adalah lansia berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 141 lansia (92,16%) dari 153 lansia (100%)

Usia

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

Usia	Frekuensi	Persentase %
Elderly (60 – 74 tahun)	133	86,93
Old (75 – 90 tahun)	20	13,07
Very Old (≥ 91 tahun)	0	0
Total	153	100

Berdasarkan tabel 5. 2 diketahui bahwa kelompok usia sebagian besar berada pada rentang 60 – 74 tahun pada kategori elderly, dengan jumlah responden sebanyak 133 lansia (86,93%) dari 153 lansia (100%)

Pendidikan Terakhir

Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase %
Tidak Sekolah	79	48,47
SD	67	41,10
SMP	8	4,91
SMA	9	5,52
Lainnya	0	0
Total	153	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pendidikan terakhir sebagian besar adalah tidak sekolah, dengan jumlah responden sebanyak 79 lansia (48,47%) dari 153 lansia (100%).

Status pernikahan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Status Pernikahan Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

Status Pernikahan	Frekuensi	Persentase %
Menikah	131	85,62
Belum menikah	0	0
Cerai mati / hidup	22	14,38
Total	153	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa status pernikahan sebagian besar adalah menikah, dengan jumlah responden sebanyak 131 lansia (85,62%) dari 153 lansia (100%).

Pengaturan Tempat Tinggal

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pengaturan Tempat Tinggal Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

P.Tempat Tinggal	Frekuensi	Persentase %
Sendiri	15	9,80
Keluarga 3 generasi	37	24,18
Pasangan	101	66,01
Total	153	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa pengaturan tempat tinggal sebagian besar adalah bersama pasangan, dengan jumlah responden sebanyak 101 lansia (66,01%) dari 153 lansia (100%).

Data Khusus

Religusitas

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Religiusitas Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153

Religiusitas	Frekuensi	Persentase %
Rendah	1	0,7
Sedang	4	2,6
Tinggi	145	94,8
Sangat Tinggi	3	2,0
Total	153	100

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa jumlah tertinggi responden memiliki religiusitas dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 145 lansia (94,8%) dari 153 lansia (100%).

Kualitas Hidup Lansia

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Responden di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase %
Sedang	28	18,3
Tinggi	122	79,7
Sangat Tinggi	3	2,0
Total	153	100

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa jumlah tertinggi responden memiliki kualitas hidup dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 122 lansia (79,7%) dari 153 lansia (100%).

Hubungan Religiusitas dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Hubungan Religiusitas dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Klatakan, Situbondo, Juli 2025 (n = 153)

		Kualitas hidup			**total**	***P value***	***r***
		sedang	tinggi	Sangat tinggi			
Religiusitas	Rendah	1	0	0	1	0,001	0,429
	Sedang	3	1	0	4		
	Tinggi	24	121	0	145		
	Sangat tinggi	0	0	3	4		
		28	122	3	153		

Berdasarkan tabel 7 hasil analisis statistik menggunakan uji Spearman Rank menunjukkan bahwa nilai p value sebesar 0.001 < α (0.05). Dengan demikian H1 diterima, yang menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan secara statistik antara religiusitas dengan kualitas hidup lansia di desa klatakan kabupaten situbondo. Adapun nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah sebesar r = 0.429 . Artinya kekuatan korelasi antar variabel sedang. Sedangkan arah hubungan bernilai positif yang artinya semakin baik religiusitas lansia maka semakin tinggi pula kualitas hidup lansia

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

HASIL

Religiusitas Pada Lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo

Berdasarkan data hasil penelitian pada tabel 5.6 yang menyajikan distribusi frekuensi religiusitas responden di Desa Klatakan, Kabupaten Situbondo, dengan total 153 lansia menunjukkan bahwa jumlah tertinggi berada di kategori religiusitas tinggi, yaitu sebanyak 145 lansia (94,8%), sedang sebanyak 4 lansia (2,6%), sangat tinggi 3 lansia (2 %).

Beberapa faktor yang mempengaruhi tingginya angka religiusitas ini salah satunya adalah jenis kelamin. Sebanyak 141 dari 153 responden (92,16%) adalah perempuan. Data ini menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat religiusitas yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dikarenakan perempuan seringkali diamanahi peran sebagai penjaga moral, nilai-nilai keluarga, dan pilar spiritual di rumah tangga. Nihayah (2021) mengemukakan bahwa perempuan mungkin memiliki kecenderungan alami yang lebih besar terhadap aspek emosional dan spiritual dalam kehidupan. Seiring bertambahnya usia, kesadaran akan mortalitas dan pencarian makna hidup menjadi lebih intens, mendorong perempuan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan sebagai sumber ketenangan dan harapan menjelang akhir hayat. Perempuan seringkali terlibat lebih aktif dalam jaringan sosial keagamaan (misalnya, pengajian ibu-ibu), yang memberikan dukungan emosional, informasi, dan memperkuat identitas religius mereka. Dominasi perempuan dalam sampel penelitian ini menjadi faktor utama yang berkontribusi pada tingginya religiusitas.

Selain faktor jenis kelamin, usia para responden juga menjadi penentu penting dalam tingkat religiusitas. Mayoritas responden berada pada rentang usia lansia awal hingga menengah, di mana kemampuan fisik umumnya masih relatif baik. Kemampuan fisik yang memadai ini memungkinkan lansia untuk aktif berpartisipasi dalam berbagai praktik keagamaan dan kegiatan komunitas. Mereka dapat lebih mudah menghadiri ibadah di tempat ibadah), mengikuti pengajian atau ceramah, serta melakukan gerakan ibadah yang membutuhkan mobilitas. Meskipun mulai merasakan penurunan fisik, kesadaran akan mortalitas pada usia ini justru dapat mendorong mereka untuk semakin mendalami aspek spiritual dan mencari

ketenangan melalui agama, sebagai persiapan menghadapi fase kehidupan selanjutnya. Faktor lainnya yang tak kalah berpengaruh adalah status pernikahan di Desa Klatakan mayoritas sudah menikah (85,62%). Keberadaan pasangan hidup memberikan dukungan emosional, sosial, dan spiritual yang signifikan. Pasangan dapat saling mengingatkan dan memotivasi untuk beribadah, bahkan melakukan ibadah bersama di rumah (misalnya sholat berjamaah). Hubungan pernikahan yang stabil dan saling mendukung dapat menciptakan lingkungan yang kondusif untuk praktik keagamaan, di mana ibadah menjadi bagian integral dari rutinitas dan nilai keluarga. Hal ini juga dapat mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis, yang pada gilirannya mendukung keterlibatan dalam praktik keagamaan.

Lebih lanjut, tinggal bersama pasangan juga memperkuat dukungan dalam praktik keagamaan. Tinggal bersama pasangan menjadi bentuk dukungan keluarga yang paling intim. Dukungan ini memfasilitasi lansia untuk menjaga kesadaran beribadah. Adanya pasangan dapat menjadi "pengingat" dan "rekan" dalam menjalankan kewajiban agama, baik dalam bentuk ajakan, bantuan praktis (menyiapkan perlengkapan ibadah), atau melakukan ibadah bersama. Lingkungan rumah tangga yang mendukung praktik keagamaan karena adanya pasangan akan memperkuat kebiasaan beribadah dan spiritualitas lansia.

Temuan ini sejalan dengan teori self-transcendence dari Pamela Reed (1983) yang menjelaskan bahwa seiring bertambahnya usia, seseorang cenderung tidak lagi hanya memikirkan diri sendiri, tetapi mulai mencari hubungan yang lebih dalam dengan orang lain, lingkungan sekitar, atau Tuhan-Nya. Lansia yang sudah mencapai tahap ini biasanya mampu menerima keadaan hidupnya, termasuk keterbatasan fisik, sakit, atau kehilangan orang terdekat, dan tetap bisa menemukan makna serta tujuan hidup.

Menurut pandangan peneliti, tingginya tingkat religiusitas pada lansia di Desa Klatakan merupakan hal yang sangat positif. Ini menunjukkan bahwa aspek spiritual seperti keyakinan

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

dan ibadah menjadi sumber kekuatan yang penting bagi mereka. Ketika lansia menghadapi berbagai tantangan seperti tubuh yang semakin lemah, penyakit, atau kehilangan orang yang mereka cintai, religiusitas dapat menjadi cara untuk tetap kuat dan tenang. Doa, ibadah, dan hubungan dengan Tuhan memberi mereka harapan, rasa damai, dan makna hidup. Selain itu, keaktifan dalam kegiatan keagamaan juga bisa memperkuat hubungan sosial, misalnya lewat pengajian, kegiatan di masjid, atau kelompok doa. Dari sana, lansia bisa merasa tidak sendirian karena mendapat dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Secara keseluruhan, religiusitas yang tinggi tidak hanya berdampak pada hubungan spiritual seseorang, tetapi juga sangat membantu dalam menjaga kesehatan mental dan emosional. Lansia menjadi lebih mampu menerima kenyataan hidup, lebih optimis, dan lebih tenang menjalani masa tua mereka.

Kualitas Hidup Lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo

Berdasarkan data hasil penelitian pada tabel 5.7 distribusi frekuensi kualitas hidup responden di Desa Klatakan, Situbondo, menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang tinggi. Dari total 153 responden, 122 lansia (79,7%) berada dalam kategori kualitas hidup tinggi. Selanjutnya, 28 lansia (18,3%) memiliki kualitas hidup sedang, dan hanya 3 lansia (2%) yang berada pada kategori kualitas hidup sangat tinggi.

Salah satu faktor yang turut berperan dalam tingginya kualitas hidup lansia di Desa Klatakan diantaranya adalah komposisi jenis kelamin responden yang didominasi perempuan. Perempuan lansia mungkin menghadapi tantangan kesehatan tertentu, mereka seringkali memiliki jaringan sosial yang lebih kuat dibandingkan laki-laki. Keterlibatan dalam komunitas, baik formal maupun informal, dapat memberikan dukungan emosional dan praktis yang sangat penting. Sebagaimana telah dibahas, perempuan cenderung lebih religius. Religiusitas yang tinggi seringkali dikaitkan dengan mekanisme koping yang lebih baik dalam menghadapi stres dan kesulitan hidup. Keyakinan agama dapat memberikan harapan, makna hidup, dan ketenangan batin, yang secara langsung meningkatkan dimensi psikologis dan spiritual dari kualitas hidup. Dengan mayoritas lansia adalah perempuan, peran religiusitas sebagai penunjang kualitas hidup menjadi sangat menonjol.

Selain faktor jenis kelamin, usia responden yang tergolong dalam kategori elderly juga turut memengaruhi kualitas hidup mereka. Lansia dalam kategori *Elderly* umumnya masih berada pada fase di mana kemampuan fisik dan kemandirian fungsional mereka relatif terjaga. Mereka lebih mampu melakukan aktivitas sehari-hari (ADL) secara mandiri dibandingkan lansia yang lebih tua. Kemandirian ini adalah indikator kunci kualitas hidup yang tinggi karena memungkinkan partisipasi aktif dalam kehidupan sosial. Kemampuan fisik yang baik juga memungkinkan partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan, seperti pergi ke masjid, pengajian, atau kegiatan keagamaan lainnya.

Faktor lain yang patut diperhatikan adalah tingkat pendidikan terakhir para lansia. Meskipun sebagian besar lansia di Desa Klatakan memiliki latar belakang pendidikan formal yang rendah tidak sekolah (48,47%) dan hanya lulusan SD (43,8%), mereka tetap menunjukkan tingkat religiusitas dan kualitas hidup yang tinggi. Hal ini disebabkan oleh kuatnya pengaruh pendidikan non-formal, seperti pengajian, bimbingan keluarga, dan ajaran tokoh agama setempat, yang telah secara turun-temurun membentuk nilai-nilai dan praktik keagamaan. Dengan kata lain, rendahnya pendidikan formal diimbangi oleh kuatnya tradisi religius yang membentuk struktur sosial dan psikologis masyarakat.

Lebih lanjut, status pernikahan juga menjadi komponen penting dalam mendukung kualitas hidup para lansia. Status menikah pada lansia umumnya berkorelasi positif dengan kualitas hidup yang lebih tinggi. Pasangan hidup menyediakan dukungan emosional, mengurangi rasa kesepian, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Seperti yang sudah dijelaskan, pasangan dapat saling memotivasi dan beribadah bersama, memperkuat praktik keagamaan. Religiusitas yang meningkat ini kemudian berkontribusi pada kualitas hidup spiritual dan psikologis.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Dengan mempertimbangkan seluruh aspek tersebut, dapat disimpulkan bahwa dominasi perempuan yang cenderung lebih religius, usia yang masih berada dalam fase elderly dengan kemampuan fisik relatif baik, serta status pernikahan yang stabil menjadi landasan penting bagi terciptanya kondisi psikososial yang positif. Meskipun sebagian besar memiliki tingkat pendidikan formal yang rendah, pengaruh kuat dari pendidikan non-formal berbasis nilai-nilai keagamaan berhasil membentuk karakter religius dan mekanisme koping yang mendukung kesejahteraan lansia., secara keseluruhan menciptakan fondasi yang kuat untuk kualitas hidup yang tinggi.

Hubungan Religiusitas dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo
Berdasarkan analisis uji spearman rank pada 153 lansia, diperoleh nilai *p–value* sebesar 0,001. Karena nilai *p value* ini lebih kecil dari taraf signifikansi α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan secara statistik antara religiusitas dengan kualitas hidup lansia. Selain itu, nilai koefisien korelasi (r) yang diperoleh adalah 0,429, menunjukkan kekuatan korelasi yang sedang. Arah hubungan ini bernilai positif, mengindikasikan bahwa semakin baik tingkat religiusitas seorang lansia, maka semakin tinggi pula kualitas hidup yang dirasakan.
Hasil penelitian ini serupa dengan peneliti sebelumnya yang juga meneliti variabel serupa. Penelitian yang dilakukan oleh Sombolon (2023) melakukan penelitian pada 40 responden lansia di Desa Sampali Deli Serdang menggunakan uji korelasi *Wilcoxon Signed.* Hasil *p value* diperoleh sebesar 0,013 < 0,05 sehingga ada hubungan yang signifikan. Serta penelitian yang dilakukan oleh Rechika (2024) menggunakan uji *spearman rho* menunjukkan bahwa nilai *p value* = 0,000 < α = 0,05 dengan demikian H1 diterima yang berarti bahwa ada hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup pada lansia. Serta diketahui pula bahwa nilai r = 0,782 yang menunjukkan adanya hubungan dengan arah hubungan positif dengan korelasi kuat antara variabel independen dengan variabel dependen yang dapat diasumsikan bahwa apabila lansia memiliki tingkat spiritualitas tinggi maka akan diikuti dengan kualitas hidup yang baik.
Teori *Self Transendence* menunjukkan bahwa lansia yang memiliki religiusitas yang kuat cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Hal ini disebabkan oleh kemampuan mereka untuk melampaui keterbatasan fisik dan psikologis serta merasakan kedamaian batin. Religiusitas memungkinkan lansia untuk mengatasi perasaan kesepian, rasa tidak berguna, dan kecemasan, serta memberi mereka rasa tujuan yang lebih tinggi dalam hidup.
Salah satu bentuk religiusitas yang berdampak positif terhadap kualitas hidup lansia adalah shalat. Selain menjadi sarana refleksi dan keterhubungan spiritual yang mendalam, shalat juga memiliki manfaat fisik yang signifikan. Shalat sebagai salah satu rukun Islam yang dilaksanakan lima kali sehari, melibatkan serangkaian gerakan fisik berulang yang dapat berfungsi sebagai terapi ringan untuk menjaga kesehatan tubuh, termasuk sistem muskuloskeletal. Gerakan-gerakan dalam shalat, seperti rukuk, sujud, dan duduk di antara dua sujud, jika dilakukan dengan benar, memiliki potensi untuk meningkatkan fleksibilitas, kekuatan otot, serta aliran darah ke berbagai bagian tubuh (Setianto, 2025). Gerakan shalat juga memberikan efek positif bagi kesehatan sistem kardiovaskuler dan saraf. Contohnya, saat sujud, posisi kepala berada lebih rendah dibandingkan jantung, sehingga aliran darah ke otak menjadi lebih lancar. Peningkatan pasokan darah ke otak sangat bermanfaat untuk meningkatkan daya ingat dan konsentrasi. dan fungsi kognitif. Terapi salat juga terbukti menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada pasien dengan hipertensi (Hasanah, 2023). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa religiusitas berperan penting dalam kualitas hidup lansia. Semakin baik religiusitasnya maka akan semakin baik pula kualitas hidupnya.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan religiusitas dengan kualitas hidup lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

pengembangan teori dalam bidang kesehatan dan psikologi lansia, khususnya mengenai peran religiusitas sebagai faktor yang memengaruhi kualitas hidup dan memperkuat pemahaman tentang pentingnya dimensi spiritual dalam menunjang kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

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

Ardiansyah. (2023). HUBUNGAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL LANSIA DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMAONA KABUPATEN GOWA. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, *6*, 1048–1056.

Ariani, A. (2024). *Menggapai kesejahteraan psikologis melalui terapi istighfar*. *01*(1), 1–12.

Arifin, M. B. U. B. (2020). Buku Ajar Metodologi Penelitian Pendidikan. In *Buku Ajar Metodologi Penelitian Pendidikan* (Issue January). https://doi.org/10.21070/2018/978-602-5914-19-5

Chamelia, A., Fitriah, A., & Arpandy, ghea amalia. (2023). Pengaruh Religiusitas Terhadap Psychological Well- Bei Ng Pada Lansia Di Panti Perlindungan &. *Jurnal Psikologi Islam*, *6*, 18–25. https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v6i1.686

Destriande, I. M., Faridah, I., Oktania, K., & Rahman, S. (2021). FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUALITAS HIDUP PADA LANJUT USIA. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, *1*.

Elsmin Tri Yulyana Kiayi, & Irna Nursanti. (2024). Penerapan Asuhan Keperawatan Berdasarkan Self Transcendence Theory Pamela G.Reed. *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan.* , *2*(2), 243–261. https://doi.org/10.61132/protein.v2i2.286

Fahrudin, M. (2019). Hubungan Religiusitas Dengan Pengambilan Keputusan Orang Tua untuk Memilih Sekolah Dengan Sistem Kuttab di Pendidikan Iman dan Qur'an Baitul Izzah. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *7*(2), 265–273. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4782

Falikah, T. Y. (2021). Comparative Study of The Concept of Religiusity in The Western and Islamic Perspective. *Al-Misbah (Jurnal Islamic Studies)*, *9*(2), 128–139. https://doi.org/10.26555/almisbah.v9i2.5223

Fani Masruroh, & Hielmi Anjaini Rahma. (2023). Kualitas Religius dan Kesehatan Psikologis pada Lansia yang Mengikuti Kajian Rohani. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, *2*(2), 1–18. https://doi.org/10.24090/j.assertive.v2i2.9977

Faqihah, N., Mazzuki, A., Sukeri, N. S., Abdullah, M. I., & Jaffer, U. (2024). SPIRITUALITY , SPIRITUAL COPING AND MENTAL WELL- BEING AMONG MALAYSIAN MEDICAL AND HEALTH. *INTERNATIONAL JOURNAL OF EDUCATION, PSYCHOLOGY AND COUNSELLING (IJEPC)*, *9*(56), 897–910. https://doi.org/10.35631/IJEPC.956055

Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, *1*(2), 85–114.

Gondodiputro, S., Wiwaha, G., Lionthina, M., & Sunjaya, D. K. (2021). Reliability and validity of the indonesian version of the world health organization quality of life-old (Whoqol-old): A rasch modeling. *Medical Journal of Indonesia*, *30*(2), 143–151. https://doi.org/10.13181/mji.oa.215065

Hadiyanto, H., & Hamidah, E. (2024). Pengaruh terapi doa terhadap kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW). *Holistik Jurnal Kesehatan*, *18*(6), 773–781.

Hardin, Salimung, H. D., & Safaat, H. (2021). Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng Kota Palopo. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, *7*(3), 66–78. http://ejurnal.husadakaryajaya.ac.id/index.php/JAKHKJ/article/viewFile/212/168

Haryati Lubis, V., & Martungkar Simanjuntak, P. (2020). Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia Komunitas Muslim Rw 006 Kelurahan Pondok Kacang Timur Kecamatan

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Pondok Aren Tangerang Selatan Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro|*, *III*(2), 90–97.

Hasanah, U. (2023). Manfaat Pelaksanaan Salat Bagi Kesehatan Manusia. *Aisyah Journal of Intellectual*, *1*(2), 3025–2733.

Hasbi, A. Z. El. (2023). PENELITIAN KORELASIONAL. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Sosial Humaniora*, *43*(4), 342–346.

Herman, D. F., Anggun, C., Fatmawati, H. S. D., Mahardika, I. K., & Wicaksono, I. (2023). Perkembangan Psikososial Lansia terhadap Peningkatan Sikap Mandiri dan Fungsi Kognitif. *Jurnal Basicedu*, *7*(6), 3616–3621. https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i6.6479

Irawan, H. I., Heny, H. N., & Amin, A. Z. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia Di Pondok Lansia. *Jurnal Kebidanan*, *12*(02), 111–119. https://doi.org/10.35890/jkdh.v12i02.292

Irwan, F., Reni Zulfitri, & Jumaini, J. (2022). Hubungan Persepsi Lansia Tentang Kematian Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, *1*(1), 42–49. https://doi.org/10.55784/jkj.vol1.iss1.130

Jamaruddin, S. (2022). Dimensi Pengukuran Kualitas Hidup. *Jurnal Pallangga Praja (JPP)*, *4*(1), 51–63.

Kementrian, R. K. (2018). PELAKSANAAN KREASI ATENSI LANJUT USIA DALAM. *Jurnal Kementrian Sosial Republik*, *28*, 4–7.

Kshatri, J. S., Satpathy, P., Sharma, S., Bhoi, T., Mishra, S. P., & Sahoo, S. S. (2022). Health research in the state of Odisha, India: A decadal bibliometric analysis (2011–2020). *Journal of Family Medicine and Primary Care*, *6*(2), 169–170. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc

Lima, S., Teixeira, L., Esteves, R., Ribeiro, F., Pereira, F., Teixeira, A., & Magalhães, C. (2020). Spirituality and quality of life in older adults: A path analysis model. *BMC Geriatrics*, *20*(1), 1–8. https://doi.org/10.1186/s12877-020-01646-0

Luhung, M., Widi Anugrahati, W., & Pengajar, D. (2020). Analisis Manajemen Aging Process Problem Dengan Pendekatan Model Preceed Procede Analysis of Aging Process Problem Management With Preceed Procede Model Approach. *Jurnal Keperawatan*. http://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/

Mampa, M., Wowor, R., & Rattu, A. J. . (2022). Analisis Penerapan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas Pineleng pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas*, *11*(4), 7–13.

Milner, K., Crawford, P., Edgley, A., Hare-Duke, L., & Slade, M. (2020). The experiences of spirituality among adults with mental health difficulties: a qualitative systematic review. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, *29*. https://doi.org/10.1017/S2045796019000234

Mufidah, N. dkk. (2024). *Metodologi Penelitian*. Buku Ajar Metodologi Penelitian.

Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.

Munawarah, R. dan S. (2020). Hubungan Spiritualitas dengan kualitas hidup lansia. *Core.Ac.Uk*, *1*(1), 64–69. https://core.ac.uk/download/pdf/235035468.pdf

Nihayah, N. T., Sumardjoko, B., & Prasetiyo, W. H. (2021). Spiritual Intelligence and Juvenile Delinquency of Students in Salatiga: A Study of the Rasch Model. *Cendekia: Jurnal Kependidikan Dan Kemasyarakatan*, *19*(2), 197–218. https://doi.org/10.21154/cendekia.v19i2.2614

Nurliah Nurliah, Rosmin Ilham, Annisa Febri Mohammad, & Ivah Ruskianingsih. (2020). Hubungan Aspek Spiritual Dengan Tingkat Kualitas Hidup Lansia Di Lks.Lu Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, *4*(1), 30–40. https://doi.org/10.57214/jusika.v4i1.183

Padaunan, E., Pitoy, F. F., & Najoan, L. J. (2022). Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Nutrix Journal*, *6*(1), 9. https://doi.org/10.37771/nj.vol6.iss1.784

Rahmadhani, S., & Wulandari, A. (2019). Gambaran Kualitas Hidup Lansia di Desa Bhuana Jaya Tenggarong Seberang. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, *2*(2), 89–96. http://e-

Vol. 20 No 4 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK

Rechika Amelia Eka Putri1, D. R. E. (2024). HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN KUALITAS HIDUP BERDASARKAN PENDEKATAN SELF TRANSCENDENCE THEORY PADA LANSIA DI DUSUN TANJUNG. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *4*(1), 1–6. https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644

Rosemalla, E. (2023). Analisis Hubungan Aspek Spiritual Dengan Tingkat Kualitas Hidup Lansia Kabupaten Gorontalo Analisa Univariat Ditribusi Frekuensi Aspek Spiritual Lansia Di LKS . LU Beringin Kelurahan Hutuo. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, *1*(3), 1–10.

Sarida, M., & Hamonangan, D. (2020). Buku gerontik. In *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*.

Sayyidah, A. F., Mardhotillah, R. N., Sabila, N. A., & Rejeki, S. (2022). Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, *13*(2), 103–115. https://doi.org/10.15548/alqalb.v13i2.4274

Setianto, G. (2025). EDUKASI MANFAAT SHOLAT UNTUK KESEHATAN MUSKULOSKELETAL PADA LANSIA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(1), 56–63.

Setyowati, S., & Hakim, N. (2019). Spiritualitas dan tingkat pengetahuan HIV/AIDS dengan perilaku seksual pranikah nelayan di Yogyakarta. *JHeS (Journal of Health Studies)*, *3*(1), 88–95. https://doi.org/10.31101/jhes.516

Simbolon, et al. (2023). Korelasi Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia(JOKI)*, *3*(2), 83–93. https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok

Siregar, R. R. (2023). Edukasi Proses Penuaan dan Perubahan Pada Lansia. *Health Community Service*, *1*(1), 18–21. https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3137

Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan Populasi dan Sampel : Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, *9*, 2721–2731.

Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, *1*(2), 24–36. https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55

Waruwu, M. (2024). Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D): Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, *9*(2), 1220–1230. https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141

Wibowo, F. W., & Sujono, R. I. (2021). Pengaruh Religiusitas Terhadap Wirausaha Muslim Muda (Studi Kasus Pondok Pesantren Di Yogyakarta). *Al-Infaq: Jurnal Ekonomi Islam*, *12*(2), 138. https://doi.org/10.32507/ajei.v12i2.867

Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). Metodologi Penelitian. In *Cv Science Techno Direct*.

Zahroh, C., Ainiyah, N., Nasir, M., & ... (2024). Pemberdayaan Lansia Dengan Sholat Dan Dzikir Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup Di Griya Wreda Surabaya. *Community …*, *5*(1), 295–298. http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/24250%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/download/24250/17029