Klinik : Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan
Volume. 4, Nomor. 2 Mei 2025
E-ISSN .: 2809-2090; P-ISSN .: 2809-235X, Hal 569-580
DOI: https://doi.org/10.55606/klinik.v4i2.4244
Available online at: https://journalcenter.org/index.php/KLINIK

Fenomenologis Spiritualitas pada Lansia di Panti Al-Hikmah

Maulida Kholifaqurrozi[1*], Lisanul Faidah[2], Dhiya' Fairuz Nabilah[3], Muhammad Anas Al Irsyad[4], Rahmadhani Dwi Muryani[5], Annisa Arya Ramadhanti[6], Aldhi Trinanda Hendrawan[7], Muhammad Juna Athalla Syah[8], Afrida Chaerunissa[9], Siti Hikmah Anas[10]
[1-10] Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

Alamat: Jalan Prof. Hamka, Ngaliyan, Kota Semarang 50185, Jawa Tengah, Indonesia
Korespondensi penulis: maulidakholifaqurrozi@gmail.com

Abstract. *Old age is a phase of life that is full of challenges, especially for elderly people living in social institutions who experience limitations in social relationships and emotional support. In the midst of these conditions, spirituality becomes an important aspect that is believed to be able to provide inner peace and meaning in life. This study aims to explore the spiritual experiences of elderly people in making sense of their lives at the Al-Hikmah Elderly Care Home. The approach used is qualitative phenomenological, with five elderly participants selected through purposive sampling. Data collection was conducted through in-depth interviews with semi-structured guides and analyzed using thematic methods. The results of the study indicate that spirituality is broadly interpreted, encompassing acceptance of life, strengthening of moral values, transcendental experiences, and personal closeness to God. This spiritual process fosters psychological strength, helping the elderly cope with physical and social limitations with greater calmness and meaning. These findings emphasize the importance of integrating the spiritual dimension into psychosocial support for the elderly to enhance their quality of life holistically.*

Keywords: *Elderly, Phenomenological, Spirituality*

Abstrak. Masa lanjut usia merupakan fase kehidupan yang sarat tantangan, terutama bagi lansia yang tinggal di panti sosial dan mengalami keterbatasan dalam relasi sosial serta dukungan emosional. Di tengah kondisi tersebut, spiritualitas menjadi salah satu aspek penting yang diyakini mampu memberikan ketenangan batin dan makna hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman spiritual lansia dalam memaknai kehidupan mereka di Panti Werdha Al-Hikmah. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif fenomenologis, dengan lima partisipan lansia yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan panduan semi-terstruktur, dan dianalisis menggunakan metode tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas dimaknai secara luas, mencakup penerimaan hidup, penguatan nilai-nilai moral, pengalaman transendental, serta kedekatan personal dengan Tuhan. Proses spiritual ini membentuk kekuatan psikologis, membantu lansia menghadapi keterbatasan fisik dan sosial dengan lebih tenang dan bermakna. Temuan ini menegaskan pentingnya integrasi dimensi spiritual dalam pendampingan psikososial lansia untuk menunjang kualitas hidup mereka secara holistik.

Kata kunci: Lansia, Fenomenologis, Spiritualitas

1. LATAR BELAKANG

Pada dasarnya, masa lanjut usia dipandang sebagai fase kehidupan yang seharusnya memberikan ketenangan batin, kedewasaan berpikir, serta kedekatan spiritual yang lebih intens. Individu pada tahap ini telah melewati berbagai fase kehidupan dan diharapkan mampu merefleksikan perjalanan hidupnya dengan rasa syukur dan penerimaan. Kematangan spiritual diyakini dapat menjadi sumber kekuatan internal dalam menghadapi perubahan-perubahan seperti penurunan fisik, kehilangan peran sosial, dan mendekatnya akhir kehidupan. Dalam konteks ini, spiritualitas tidak hanya berkaitan dengan ibadah formal, tetapi juga mencerminkan pemaknaan hidup, hubungan dengan Tuhan, serta

Received: April 30, 2025; Revised: Mei 15, 2025; Accepted: Mei 29, 2025; Published: Mei 31, 2025

keseimbangan batin. Studi yang dilakukan oleh Ardiansyah (2023) mengungkap bahwa lansia dengan spiritualitas tinggi cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik karena mampu membina hubungan yang sehat secara psikologis dan sosial. Hal serupa ditegaskan oleh Faradila et al. (2023) yang menunjukkan bahwa spiritualitas berperan dalam menumbuhkan penerimaan diri dan mengurangi depresi.

Meskipun lansia idealnya menjalani hari tua dengan ketenangan spiritual dan stabilitas emosi, kenyataan menunjukkan kondisi yang berbanding terbalik. Tidak sedikit lansia yang harus menghadapi hidup dalam keterasingan, terutama mereka yang tinggal di panti. Lansia seringkali kehilangan dukungan keluarga dan jarang terlibat dalam aktivitas spiritual atau sosial yang bermakna. Alnaseh et al. (2021) menemukan bahwa meskipun sebagian lansia menunjukkan kesejahteraan, di aspek spiritual dan sosial, aspek mental dan fisik mereka masih tergolong lemah, keadaan ini diperburuk dengan minimnya kontak sosial dan kegiatan keagamaan yang berkelanjutan. Penelitian Faradila et al. (2023) juga memperlihatkan bahwa sebagian besar lansia penghuni panti tidak pernah lagi dikunjungi keluarganya. Walaupun tingkat spiritualitas mereka cenderung tinggi, isolasi sosial dan kesepian tetap menjadi faktor dominan yang mempengaruhi kesehatan psikologis mereka. Artinya, keterpenuhan spiritual tidak cukup apabila tidak dibarengi oleh lingkungan yang mendukung dan interaksi sosial yang bermakna.

Terdapat ketimpangan antara kondisi ideal dan kenyataan yang dihadapi oleh lansia, khususnya dalam hal pemanfaatan spiritualitas sebagai kekuatan psikologis. Secara teoritis, spiritualitas dapat menjadi pelindung terhadap stres dan depresi, namun dalam praktiknya, banyak hambatan yang membuat fungsinya tidak berjalan maksimal. Lansia di panti sering kali tidak memiliki akses terhadap pembinaan spiritual secara intensif atau lingkungan yang mendorong tumbuhnya nilai-nilai spiritual tersebut. Ardiansyah (2023) menegaskan bahwa meskipun terdapat hubungan positif antara kesejahteraan spiritual dan kualitas hidup lansia, dibutuhkan pendekatan yang sistematis dan berkelanjutan untuk benar-benar meningkatkan kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian yang mampu memahami dinamika spiritual lansia secara lebih mendalam, khususnya dari perspektif pengalaman mereka dalam keseharian, guna menghasilkan intervensi yang lebih kontekstual dan bermakna.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk memahami bagaimana lansia memaknai spiritualitas dalam kehidupan mereka, terutama dalam konteks tinggal di lingkungan Panti Werdha Al-Hikmah Semarang. Permasalahan yang ingin dikaji adalah bagaimana lansia memaknai konsep spiritualitas berdasarkan pengalaman hidup yang

mereka alami, nilai-nilai spiritual apa yang menjadi pegangan mereka dalam menjalani kehidupan sehari-hari, serta bagaimana pengalaman transendental membentuk keyakinan dan ketenangan batin mereka. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi sejauh mana keterhubungan mereka dengan Tuhan memberi pengaruh terhadap cara mereka menerima kondisi hidup dan menjalani hari-hari dengan damai. Akhirnya, penelitian ini ingin menggali proses pertumbuhan atau perjalanan spiritual yang membentuk jati diri lansia sebagai individu yang lebih matang secara spiritual

2. KAJIAN TEORITIS

Spiritualitas merupakan proses pencarian individu dalam menemukan tujuan dan makna hidup, membentuk sikap hidup, serta memahami jati diri. Coyte (2007) membagi spiritualitas ke dalam lima dimensi utama: makna (meaning), yang merujuk pada pemahaman arti kehidupan dan arah keberadaan; nilai (value), yang berkaitan dengan sistem kepercayaan dan standar yang dianut seseorang; transendensi (transcendental), pengalaman spiritual yang melampaui batas diri pribadi dan mengarah pada perubahan positif berdasarkan nilai-nilai universal; keterhubungan (connecting), menekankan hubungan dengan sesama dan Tuhan berdasarkan cinta kasih dan komitmen; serta proses menjadi (becoming), perjalanan hidup sebagai proses pembelajaran dan perubahan yang berkelanjutan. Coyte juga mengidentifikasi empat elemen yang memengaruhi perkembangan spiritual seseorang, yaitu pengaruh dari lingkungan eksternal, dari orang lain, dari kondisi fisik dunia, dan dari dalam diri individu (Suseno, 2019).

Berbagai studi menunjukkan keterkaitan positif antara spiritualitas dan kesejahteraan lansia Dimensi spiritual merupakan salah satu aspek penting dari kesejahteraan lansia, yang berperan dalam mengurangi tingkat stres dan kecemasan, serta membantu mempertahankan rasa keberadaan diri dan makna hidup. Spiritualitas memiliki kontribusi yang signifikan dalam mendukung lansia beradaptasi dengan berbagai perubahan, terutama yang berkaitan dengan kondisi penyakit kronis (Yuzefo et al., 2015). Hal ini sejalan Religiusitas berperan sebagai mediator dalam hubungan antara kondisi medis kronis dan kesejahteraan psikologis lansia. Hubungan ini dapat dipengaruhi oleh keyakinan inti yang dimiliki individu. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa keyakinan inti memungkinkan lansia memaknai peristiwa kehidupan secara positif, yang pada akhirnya membentuk pengalaman subjektif menuju kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Dalam kerangka ajaran Islam, keyakinan terhadap kehendak Allah dan adanya kehidupan setelah kematian dapat membentuk

persepsi lansia terhadap penyakit yang dialaminya, sehingga mereka mampu mencapai kondisi psikologis yang lebih stabil dan sejahtera (Alfianti et al., 2022).

Penelitian terdahulu menunjukkan spiritualitas berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan psikologis lansia. Lansia dengan spiritualitas tinggi cenderung memiliki kualitas hidup lebih baik dan hubungan psikologis serta sosial yang sehat. Namun, lansia di panti sosial sering mengalami keterbatasan aktivitas spiritual dan isolasi sosial yang berpengaruh negatif pada kesejahteraan mental dan fisik mereka. Temuan tersebut menegaskan bahwa spiritualitas harus didukung oleh lingkungan sosial yang kondusif agar dapat berfungsi optimal sebagai sumber kekuatan psikologis bagi lansia.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi dengan tujuan untuk memahami dan mendeskripsikan tingkat spiritualitas lansia berdasarkan pengalaman subjektif mereka. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali makna mendalam dari perspektif para lansia tentang kehidupan spiritual mereka, terutama dalam konteks tinggal di lingkungan panti werdha.

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari lima orang lansia yang merupakan penghuni tetap di Panti Al-Hikmah. Pemilihan partisipan dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria partisipan yang ditetapkan adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas, berada dalam kondisi fisik dan mental yang memungkinkan untuk mengikuti proses wawancara secara mendalam, serta bersedia berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan instrumen wawancara semi-terstruktur yang dikembangkan berdasarkan lima aspek utama spiritualitas: Makna spiritualitas, value spiritualitas, transendental, keterhubungan dengan tuhan, serta proses menjadi. Instrumen ini disusun untuk menggali pemahamoan, pengalaman emosional, dan praktik spiritual lansia secara mendalam, dengan instrumen sebagai berikut: Pedoman wawancara semi-terstruktur dengan daftar pertanyaan utama dan pertanyaan probing untuk eksplorasi lebih dalam. serta, menggunakan perekam suara dengan izin subjek untuk mendokumentasikan wawancara agar data tidak hilang atau bias.

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa langkah sistematis. Pertama, peneliti mengajukan surat izin kepada pihak pengelola Panti Sosial Al-

Hikmah sebagai bentuk formalitas dan etika penelitian. Setelah mendapatkan izin, langkah selanjutnya adalah pemilihan partisipan menggunakan teknik purposive sampling. Sebanyak lima orang lansia dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, yaitu berusia 60 tahun ke atas, memiliki kondisi fisik dan mental yang memungkinkan untuk mengikuti wawancara secara mendalam, serta bersedia berpartisipasi secara sukarela. Selanjutnya, pelaksanaan wawancara dilakukan secara individual, dengan durasi sekitar 45 hingga 60 menit untuk setiap partisipan. Wawancara dilakukan secara tatap muka di tempat yang nyaman dan privat dalam area panti guna menciptakan suasana yang kondusif. Pertanyaan yang diajukan mengacu pada panduan wawancara yang telah disusun sebelumnya, dan respons partisipan dieksplorasi lebih lanjut melalui teknik probing untuk memperoleh data yang lebih mendalam dan bermakna.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis tematik (thematic analysis). Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahap sistematis untuk menggali makna mendalam dari pengalaman spiritual para partisipan. Langkah pertama adalah mentranskripsi seluruh hasil wawancara secara verbatim, guna memastikan keutuhan data yang diperoleh. Selanjutnya, peneliti membaca dan memahami data secara menyeluruh untuk memperoleh gambaran umum dan konteks dari setiap wawancara. Setelah itu, dilakukan pembuatan kode awal (initial coding) dari bagian-bagian penting data yang relevan dengan aspek spiritualitas. Kode-kode tersebut kemudian dikelompokkan ke dalam tema-tema utama berdasarkan lima aspek spiritualitas, yaitu makna spiritualitas, nilai-nilai spiritual (value spiritualitas), aspek transendental, keterhubungan dengan Tuhan, serta proses menjadi. Tahap selanjutnya adalah menelaah dan menyempurnakan tema-tema tersebut agar selaras dan representatif terhadap pengalaman partisipan secara keseluruhan. Terakhir, peneliti menyusun narasi tematik yang mendalam dengan menyisipkan kutipan langsung (verbatim) dari partisipan sebagai bentuk penguatan terhadap interpretasi dan validitas data yang dianalisis.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil wawancara menunjukkan bahwa mayoritas lansia di panti memiliki hubungan spiritualitas yang cukup baik, bahkan dari mereka sudah menerima kondisinya sekarang. Spiritualitas pada lansia di panti mencerminkan perjalanan batin yang mendalam, di mana hubungan dengan Tuhan menjadi pusat ketenangan dan makna hidup. Para informan menunjukkan bahwa spiritualitas tidak hanya dalam ibadah, tetapi juga dalam nilai kejujuran, kepedulian, dan penerimaan hidup apa adanya. Mereka tetap optimis dan

bersemangat, meskipun menghadapi keterbatasan fisik maupun ekonomi. Hal ini sejalan dengan Pargament (1997) yang menyatakan bahwa spiritualitas adalah pencarian makna sakral, serta Frankl (1985) yang menekankan pentingnya "will to meaning". Perubahan spiritual juga tampak dalam keterbukaan mereka terhadap proses belajar agama dan refleksi diri, mendukung teori gerotransendensi oleh Tornstam (2005). Melalui pengalaman hidup yang sulit, mereka justru memperkuat keyakinan dan mendewasakan spiritualitas. Dengan demikian, spiritualitas menjadi sumber kekuatan, ketenangan, dan panduan moral dalam menjalani sisa hidup dengan damai dan bermakna

Aspek Makna

Hasil wawancara menunjukkan bahwa makna spiritualitas bagi para lansia di Panti Werdha Al-Hikmah sangat dipengaruhi oleh pengalaman hidup, nilai-nilai keimanan, serta pemahaman mereka tentang kehidupan di masa tua. Spiritualitas dimaknai bukan hanya sebagai bentuk ibadah, melainkan juga sebagai cara pandang terhadap hidup dan penerimaan terhadap ketetapan Tuhan. Informan 1 menyatakan bahwa, “kalau dituruti ya sedih… saya tidak punya anak, saya merasa sendiri. Tapi saya nggak mau terlalu mikir, nanti tambah sakit.” Pernyataan ini menggambarkan bahwa spiritualitas bagi dirinya menjadi kekuatan untuk menerima kenyataan hidup yang tidak sesuai harapan. Informan 2 mengungkapkan bahwa makna spiritualitas baginya adalah menjalani sisa usia untuk mendekat kepada Tuhan, dengan berkata, “saya sudah selesai jadi orang tua, sekarang saya tinggal menjalani hidup saya untuk lebih banyak dekat dengan Allah.” Sementara itu, informan 3 melihat spiritualitas sebagai bentuk tanggung jawab pribadi terhadap Tuhan: “hidup ini amanah, ya saya jalani saja sebaik-baiknya sebagai hamba Allah.” Informan 4 menekankan pentingnya tetap memiliki semangat dan tujuan hidup meskipun dalam keterbatasan: “saya masih punya cita-cita walaupun tinggal di panti.” Sedangkan informan 5 menyampaikan bahwa seluruh hidupnya adalah bentuk pengabdian dan ketaatan: “saya ini semua dari Allah, dan saya ingin wafat dalam keadaan taat.” Secara keseluruhan, spiritualitas dipahami oleh para informan sebagai proses internalisasi makna hidup yang memberi mereka arah, ketenangan, dan kekuatan dalam menjalani masa lansia.

Dari hasil wawancara menunjukkan bahwa makna proses menjadi pribadi yang lebih matang secara batin pada lansia di Panti Werdha Al-Hikmah menunjukkan bahwa spiritualitas tumbuh melalui perjalanan panjang yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup, keteguhan hati, dan usaha untuk mendekat kepada Tuhan. Informan 1, yang dulunya aktif di gereja lalu memeluk Islam, menyebutkan, “Saya baru bisa Al-Fatihah, cuman ya belum begitu lancar, masih bertahap,” menandakan bahwa spiritualitas bagi dirinya adalah sesuatu

yang dipelajari dan dijalani pelan-pelan. Informan 2 menyatakan bahwa ia telah cukup menjalani hidup dan kini fokus untuk mendekat kepada Tuhan, “Saya sudah selesai jadi orang tua, sekarang saya tinggal menjalani hidup saya untuk lebih banyak dekat dengan Allah,” yang mencerminkan spiritualitas sebagai arah baru di masa tua. Informan 3 menyebut hidup sebagai amanah dan memilih untuk tetap berserah kepada Tuhan, “Saya jalani saja sebaik-baiknya sebagai hamba Allah,” sedangkan informan 4 menganggap dirinya tetap punya cita-cita meski tinggal di panti, “Saya masih punya cita-cita walaupun tinggal di panti,” menandakan bahwa semangat hidupnya berakar dari keyakinan yang ia pegang. Informan 5 menyampaikan bahwa hidupnya adalah bentuk pengabdian, “Saya ini semua dari Allah, dan saya ingin wafat dalam keadaan taat.” Dari kelima informan ini, terlihat bahwa spiritualitas bukan hanya soal ibadah formal, tetapi proses menjadi pribadi yang lebih kuat, sabar, dan sadar akan makna hidup, yang berkembang secara bertahap melalui penerimaan, refleksi, dan hubungan yang lebih dalam dengan Tuhan.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Ardiansyah (2023) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara tingkat kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup lansia; makna spiritual memungkinkan lansia untuk menjalani hidup dengan lebih positif, meski dalam keterbatasan. Penelitian Suharti et al. (2022) menegaskan bahwa lansia yang memiliki kesehatan spiritualitas yang tinggi lebih mampu mengatasi masalah psikososial seperti rasa kehilangan, kesepian, dan kecemasan, karena mereka memiliki cara pandang yang lebih damai terhadap hidup dan kematian. Senada dengan itu, Scortegagna et al. (2018) menunjukkan bahwa spiritualitas memberi makna dalam menghadapi penderitaan, penyakit, dan proses menjadi tua, serta memberikan perasaan tenteram, kedamaian, dan hubungan batin yang kuat dengan Tuhan. Selain itu, Hutagalung dan Marbun (2024) menjelaskan bahwa spiritualitas berfungsi sebagai kekuatan yang membantu lansia menemukan kembali makna hidup, terutama saat mereka berada dalam fase transisi psikososial yang sulit, seperti kehilangan pasangan atau tinggal jauh dari keluarga. Penelitian Tobing dan Nadhifa (2024) juga menunjukkan bahwa spiritualitas berperan penting dalam meningkatkan self-compassion, yang berkaitan erat dengan penerimaan diri dan kemampuan memaknai pengalaman hidup secara positif. Dukungan terhadap pentingnya makna dalam spiritualitas juga terlihat dalam penelitian Arfika (2024), di mana lansia janda yang aktif dalam kegiatan keagamaan merasa hidupnya lebih tenteram, terarah, dan tetap bermakna meskipun menghadapi perubahan sosial dan emosional yang signifikan.

Aspek Transendental

Pengalaman transendental yang dialami oleh orang tua di Panti Werdha Al-Hikmah menunjukan bahwa spiritualitas tidak hanya terdiri dari kebiasaan beribadah, tetapi juga dari berusaha menerima kehidupan, belajar dari pengalaman masa lalu, dan berserah diri kepada Tuhan. Saat menyadari keterbatasan hidup mereka dan mulai untuk mendekat kepada Tuhan, mereka merasakan perasaan yang damai, tenang, dan penuh tujuan. Mereka merasa lebih kuat secara batin meskipun lemah secara fisik. Mereka menjalani transendensi setiap hari melalui praktik seperti berdoa, pasrah pada takdir, dan mencari makna dari pengalaman hidup.

Hasil ini sejalan dengan teori gerotransendensi (De Moura Scortegagna et al., 2018) yang menjelaskan bahwa orang tua mengalami pergeseran fokus dari pencarian makna yang lebih dalam dan spiritual ke arah pencarian makna yang lebih dalam. Penemuan ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wita Nadhifa et al., 2024), mengungkapkan bahwa orang tua yang menjalani kehidupan spiritual merasa lebih tenang dan damai di dalam diri mereka.

Informan 1 mengatakan bahwa ia terlahir dari keluarga Nasrani, pernah dibaptis tetapi tidak menerima surat resmi. Setelah menikah ia memeluk agama Islam, meskipun tidak cukup kuat secara fisik sekarang ia belajar membaca doa dan surat pendek "Saya dibaptis tapi tidak menerima suratnya jadi tidak sah, makanya saya baru-baru ini belajar agama Islam sedikit". Informan 2 menunjukan kekuatan untuk terus bergantung pada Tuhan pada setiap langkah hidup "Saya jalan pakai tongkat, tapi tetap Bismillah biar kuat. Semua urusan itu harus sama Allah dulu". Informan 3 mengatakan bahwa "Saya tetap tahajud, istikharah, minta petunjuk… dari situ saya tenang". Hal ini karena ia menghadapi tantangan hidup, seperti kegagalan untuk mendapatkan pekerjaan dan ekonomi yang tidak stabil. Ketika hatinya gelisah, doa menjadi tempat berlabuh. Informan 4 berusaha untuk tetap tenang dan melihat segala sesuatu sebagai bagian dari rencana Tuhan, "Saya percaya semua ini sudah diatur oleh Gusti Allah. Kalau gelisah ya wajar tapi jangan berlarut." Ia percaya bahwa agama yang ia dapatkan di panti membantunya menjadi lebih bijaksana. Informan 5 menekankan bahwa ibadah memberinya ketenangan meskipun kondisi fisiknya semakin memburuk "Walaupun lutut saya sakit, saya masih bisa untuk menjadi imam. Menurut teman-teman saya, wajah saya tampak segar mungkin karena air wudhu."

Secara keseluruhan, pengalaman transendental ini menunjukan bahwa spiritualitas bukan hanya memenuhi kewajiban agama tetapi juga merupakan perjalanan batin untuk menerima hidup, berserah diri, dan memperkuat hubungan dengan Tuhan. Hasilnya

menunjukan bahwa pengalaman transendental dapat menjadi metode penting untuk mendampingi orang tua. Psikolog dan pendamping orang tua tidak hanya harus berkonsentrasi pada aspek fisik dan sosial orang tua, tetapi juga harus membantu untuk menemukan makna hidup melalui pembelajaran agama yang disesuaikan dengan kemampuan mereka, refleksi spiritual, dan dukungan dalam perjalanan batin mereka. Metode ini dapat meningkatkan daya tahan mental, ketenangan jiwa, dan kualitas hidup untuk orang tua.

Aspek Value Spiritualitas

Penelitian ini memperlihatkan bahwa nilai-nilai pribadi dan budaya sangat mempengaruhi terbentuknya spiritualitas pada lansia. Nilai seperti kejujuran, kasih sayang, empati, dan rasa hormat terhadap kehidupan menjadi dasar penting dalam menjalani masa tua. Salah satu informan dengan lugas menyampaikan, *"Aku lebih senang jujur daripada berbohong,"* karena baginya, berbohong adalah dosa yang bertentangan dengan ajaran agama yang ia anut. Meski hidup dengan keterbatasan, semangat untuk berbagi tetap kuat. Seorang informan berkata, *"Saya suka kasih uang, padahal aku juga uang dari keluargaku, tapi aku gak papa aku gak punya uang tapi anak-anak di panti bisa makan."* Ucapan ini mencerminkan betapa nilai kejujuran dan kepedulian masih dijunjung tinggi, bahkan dalam kondisi yang serba terbatas.Bagi para lansia ini, agama bukan hanya pegangan, tapi juga sumber kekuatan utama dalam hidup. Salah satu informan menuturkan bahwa ia selalu mengingatkan anak-anaknya untuk, *"Jangan pernah tinggalkan Allah,"* sebagai prinsip hidup yang tak bisa digantikan. Ia juga menolak untuk menyakiti orang lain, karena tidak ingin merasakan hal yang sama.Nilai-nilai seperti kesabaran, rasa syukur, dan keikhlasan menjadi bagian penting dalam menyikapi kehidupan. Seperti yang diungkapkan oleh seorang informan, *"Saya belajar untuk selalu sabar, bersyukur, dan ikhlas menjalani hidup. Shalat lima waktu itu wajib, itu cara saya mendekat pada Allah."* Dalam kehidupan bermasyarakat, ia lebih memilih jalan damai. *"Kalau ada masalah, lebih baik diselesaikan dengan damai. Saya percaya Islam itu harus membawa ketenangan, bukan perpecahan,"* lanjutnya.Kejujuran juga dianggap sebagai fondasi utama dalam menjalani hidup dengan penuh makna. Salah satu informan menyebut bahwa dengan kejujuran dan relasi yang baik dengan Tuhan serta sesama, seseorang bisa tumbuh menjadi pribadi yang lebih dewasa. Konflik pun tidak semestinya dihindari, melainkan dihadapi sebagai bagian dari proses belajar.Pada akhirnya, fokus hidup mereka tertuju pada perbaikan diri melalui ibadah dan kebaikan. *"Yang terpenting dalam hidup ini adalah memperbaiki ibadah dan terus berbuat*

baik. Kalau hati sudah mantap untuk tetap jadi orang baik... saya lebih memilih membalasnya dengan kebaikan. Tidak perlu membalas dengan keburukan, karena itu tidak akan ada habisnya," ucap seorang informan dengan penuh keyakinan.

Temuan ini diperkuat oleh sejumlah penelitian. Choudhary et al. (2021) menyebutkan bahwa spiritualitas berperan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Ali et al. (2015) menunjukkan bahwa lansia dengan spiritualitas yang kuat cenderung lebih siap menghadapi rasa sepi dan cemas. Abbasi et al. menambahkan bahwa spiritualitas memberi makna dalam penderitaan, sementara Yoon & Lee (2006) melihatnya sebagai jalan untuk menemukan kembali makna hidup saat berada dalam krisis. Idler et al. (2003) pun mencatat bahwa spiritualitas mampu menumbuhkan self-compassion dan penerimaan diri yang lebih mendalam.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mengungkap dinamika spiritualitas lansia yang tinggal di Panti Werdha Al-Hikmah melalui pendekatan fenomenologis. Temuan utama menunjukkan bahwa spiritualitas pada lansia bukan semata dimaknai sebagai praktik keagamaan formal, melainkan sebagai perjalanan batin yang mencerminkan penerimaan terhadap kehidupan, keteguhan hati, serta kedekatan yang mendalam dengan Tuhan. Para informan menggambarkan spiritualitas sebagai sumber kekuatan emosional dan eksistensial yang menuntun mereka dalam menghadapi keterbatasan fisik, kesepian, maupun tantangan hidup di usia senja. Spiritualitas tidak hanya direfleksikan dalam praktik ibadah, tetapi juga dalam sikap sabar, syukur, keikhlasan, serta komitmen untuk terus berkembang meski dalam keterbatasan fisik dan sosial.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting baik secara praktis maupun akademik dalam bidang psikologi gerontologi. Secara praktis, temuan menunjukkan bahwa spiritualitas memainkan peran sentral dalam mendukung ketenangan batin, ketahanan psikologis, dan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti werdha. Kegiatan religius yang bermakna serta hubungan yang mendukung dengan lingkungan sosial perlu difasilitasi secara berkelanjutan. Dari sisi akademik, penelitian ini memperkaya literatur dalam kajian psikologi gerontologi dengan memberikan bukti empirik bahwa aspek spiritual tidak hanya berperan sebagai sumber ketenangan personal, tetapi juga sebagai kekuatan transformatif yang mendorong lansia untuk tetap memiliki tujuan hidup.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dicermati. Pertama, partisipan hanya terdiri dari lima lansia penghuni Panti Werdha Al-Hikmah, sehingga

pandangan yang diperoleh bersifat kontekstual dan belum mencerminkan keragaman pengalaman spiritual lansia di luar lingkungan panti. Kedua, wawancara dilakukan dalam satu kali pertemuan, sehingga potensi perubahan makna spiritualitas secara bertahap tidak dapat tergambarkan. Dengan demikian untuk penelitian berikutnya disarankan untuk melibatkan partisipan yang lebih banyak dan beragam, dan menggunakan pendekatan longitudinal dengan wawancara berulang atau metode observasi yang memungkinkan peneliti memantau perkembangan makna spiritualitas secara lebih mendalam.

DAFTAR REFERENSI

Abbasi, M., Farahani-Nia, M., Mehrdad, N., & Haghani, H. (2014). Nursing students' spiritual well-being, spirituality and spiritual care. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*. Retrieved May 25, 2025, from https://journals.lww.com/jnmr/fulltext/2014/19030/nursing_students__spiritual_well_being,.5.aspx

Achenbaum, W. A. (2006). Lars Tornstam, *Gerotranscendence: A developmental theory of positive aging*, Springer Publishing Company, New York, 2005, 213 pp., hbk $39.95, ISBN 0 8261 3134 4. *Ageing and Society, 26*(4), 670–671. https://doi.org/10.1017/S0144686X06225261

Alfianti, A. (2022). Hubungan spiritualitas dan religiusitas dengan kualitas hidup kelompok usia lanjut. *Jurnal Health Promotion and Community Engagement, 1*(1), 6.

Ali, J., Marhemat, F., Sara, J., & Hamid, H. (2015). The relationship between spiritual well-being and quality of life among elderly people. *Holistic Nursing Practice, 29*(3), 128–135. https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000081

Alnaseh, D., Desi, & Dese, D. C. (2021). Spiritualitas dan kualitas hidup lansia pada suku Dayak Tomun. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 9*(2), 275–292.

Ardiansyah, M. (2023). Hubungan kesejahteraan spiritual lansia dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Tamaona. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran, 2*(1), 9–15. https://doi.org/10.31933/jrpp.v2i1.100

Arfika, S. T. (2024). Peran dukungan sosial dan spiritualitas terhadap kebahagiaan lansia yang berstatus janda. *Jurnal Psikologi, 18*(2), 101–110.

Choudhary, P., & Naz, S. (2021). Social connectedness, spirituality, quality of life, and hopelessness among older adults. *Annals of R.S.C.B., 25*, 12241–12253. http://annalsofrscb.ro

De Moura Scortegagna, H., Pichler, N. A., Fáccio, L. F., Nadir, C., & Pichler, A. (2018). The experience of spirituality among institutionalized elderly people. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 21*(3), 293–300. https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.180011

Faradila, Z. A., Luthfa, I., & Aspihan, M. (2023). Hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat depresi pada lansia Muslim di panti werdha. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung, 2*(1), 226–238.

Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. Simon and Schuster.

Hutagalung, A., & Marbun, R. C. (2024). Spiritualitas sebagai kekuatan di masa tua: Pendekatan pastoral yang membantu lansia menemukan makna hidup. *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral*, *3*(2), 230–237. https://ejurnal.stpkat.ac.id/index.php/lumen/article/view/481

Idler, E. L., Musick, M. A., Ellison, C. G., George, L. K., Krause, N., Ory, M. G., Pargament, K. I., Powell, L. H., Underwood, L. G., & Williams, D. R. (2003). Measuring multiple dimensions of religion and spirituality for health research. *Research on Aging*, *25*(4), 327–365. https://doi.org/10.1177/0164027503025004 00

Koenig, H. G., King, D., & Carson, V. B. (2012). *Handbook of religion and health*. OUP USA.

Lumban Tobing, D., & Nadhifa, D. W. (2024). Self-compassion, spiritualitas, dan kualitas hidup pada lansia. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *6*(1), 309–316. https://doi.org/10.32528/insight.v6i1.9293

Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.

Scortegagna, H. M., Oliveira, P. G. D., & Ceolim, M. F. (2018). The experience of spirituality among institutionalized elderly people. *International Archives of Medicine*, *11*(4), 1–6. https://doi.org/10.3823/2569

Suharti, S., Nurhayati, N., & Nadrati, B. (2022). Gambaran kesehatan spiritualitas lanjut usia di UPTD Tresna Werdha Natar. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, *10*(2), 90–99. https://doi.org/10.47218/jkpbl.v10i2.129

Suseno, M. N. (2019). *Modul pembentukan karakter spiritual [Spiritual character building module]*. Retrieved from https://www.mendeley.com/catalogue/f1ed0155-3e7a-342a-a21b-fd945872259e/?utm_source=desktop

Wita Nadhifa, D., Tobing, D. L., Fakultas, & Kesehatan, I. (2024). Self-compassion, spirituality and quality of life in the elderly. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, *8*(3). https://doi.org/10.52020/JKWGI.V8I3.9293

Yoon, D. P., & Lee, E. K. O. (2006). The impact of religiousness, spirituality, and social support on psychological well-being among older adults in rural areas. *Journal of Gerontological Social Work*, *48*(3–4), 281–298. https://doi.org/10.1300/J083V48N03_01

Yuzefo, M. A., Sabrian, F., & Novayelinda, R. (2015). Hubungan status spiritual dengan kualitas hidup pada lansia. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, *2*(2), 1266–1274. https://www.neliti.com/publications/186702/hubungan-status-spiritual-dengan-kualitas-hidup-pada-lansia

Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 54–67). Guilford Press.