
KOPING RELIGIUS DAN KEBAHAGIAAN PSIKOLOGIS PADA LANJUT USIA

Faiz A. Rachmawati

H. Fuad Nashori

*Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
Yogyakarta*

Email: fa.rachmawati@gmail.com

Abstrack

This study aimed to determine the relation between religious coping and psychological well being among the elderly who live in nursing homes. Subjects in this study were further after living in "Panti Wredha Perandan Padudan and Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta". Subjects in this study were 30 people aged between 57-87 years. Data collected using scale of psychological well being based on the theory of Ryff (Rostiana, 2011) and the scale of Religious Coping based on Pargament theory (Klaaseen dkk, 2006). The data collected is then processed using the Product Moment Pearson analysis. Results obtained $r = 0.673$ and $p = 0.00$. The results are significant $p < 0.01$. Concluded that the hypothesis is accepted that there is a positive relation between religious coping and psychological well being among the elderly.

Keywords: *religious coping, psychological well being, elderly in nursing homes.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo. Subjek dalam penelitian ini adalah lanjut usia yang tinggal di Panti Wredha Perandan Padudan dan Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. Subjek berusia antara 57-87 tahun berjumlah 30 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala Kebahagiaan Psikologis berdasarkan teori dari Ryff (Rostiana, 2011) dan skala Koping religius berdasarkan teori Pargament (Klaassen dkk, 2006). Data yang telah dikumpulkan kemudian diproses menggunakan analisis *product moment Pearson*. Hasil yang diperoleh $r = 0,673$ dan $p = 0,00$. Hasil penelitian ini signifikan $p < 0,01$. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan positif antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lanjut usia.

Kata Kunci : koping religius , kebahagiaan psikologis, lanjut usia.

Lanjut usia (lansia) yang bahagia akan diliputi oleh emosi yang positif. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian Olivia (2010) yang menemukan ada hubungan positif yang signifikan antara *psychological well-being* dengan *integrity* lansia di panti

sosial tresna wredha Melania. Bardburn (Olivia, 2010) menjelaskan seseorang yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi memiliki emosi positif lebih banyak daripada emosi negatif. Mereka didominasi oleh rasa bahagia (*well-being*) melebihi rasa sakit dalam hidupnya.

Dalam realitasnya, tidak semua lansia bahagia atau sekurang-kurangnya sebagian lansia tidak bahagia. Di dalam panti jompo lansia mengalami beberapa masalah yang menyebabkan merasa tidak betah di dalam panti jompo. Masalah tersebut di antaranya adalah kesepian, keterasingan dari lingkungan, ketidakberdayaan, ketergantungan, kurang percaya diri, keterlantaran terutama bagi lanjut usia yang miskin serta kurangnya dukungan dari anggota keluarga. Kebahagiaan psikologis yang belum dirasakan lanjut usia antara lain sulit berkomunikasi dengan orang lain, bingung menjalani hidup dimasa depan, keengganan orang lain bercerita tentang hal yang mereka alami, dan sebagainya

Tabel 1. Kebahagiaan Psikologis

Pernyataan	Kategori	
	Respon	Respon
Saya mudah berkomunikasi dengan orang lain	Tidak sesuai	30%
Saya malas berbincang dengan orang lain	Sesuai	23,30%
Teman saya berbincang-bincang dalam hidup ini sedikit	Sesuai	36,67%
Orang lain enggan bercerita tentang hal yang mereka alami	Sesuai	36,67%
Saya lebih suka berdiam diri	Sesuai	23,30%
Saya bingung ke depan harus menjalani hidup seperti apa	Sesuai	33,30%
Tidak ada yang bisa dibanggakan dari diri saya	Sesuai	26,7%

Sumber: Erlangga (2012)

Uraian tabel di atas mengungkapkan hasil survei tentang kebahagiaan psikologis di panti jompo. Hal tersebut mengakibatkan depresi yang dapat menghilangkan kebahagiaan, hasrat, harapan, ketenangan pikiran dan kemampuan untuk merasakan ketenangan hidup, hubungan yang bersahabat dan bahkan menghilangkan keinginan menikmati kehidupan sehari-hari (Partini, dalam Erlangga, 2012).

Dari penelitian sebelumnya diketahui bahwa dengan berpikir positif seseorang mampu mengatasi masalah di sekitarnya. Para lanjut usia yang tinggal

di panti jompo akan tetap bertahan apabila berusaha berpikir positif dan mampu melakukan pengatasan masalah. Dalam penelitian ini kebahagiaan yang dimaksud adalah kebahagiaan psikologis. Menurut Ryff (Rostiana, 2011), kebahagiaan psikologis adalah suatu kondisi yang menggambarkan upaya individu untuk merealisasikan kemampuan yang positif agar hidupnya lebih baik.

Pengatasan masalah yang dapat dilakukan oleh lanjut usia yang tinggal di panti jompo adalah *coping*. *Coping* merupakan suatu tindakan atau tingkah laku yang bersifat penanggulangan, yaitu individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar yang bertujuan untuk menyelesaikan suatu masalah atau tugas (Chaplin, 2005). Para lanjut usia dapat melakukan *coping* untuk bisa menghadapinya sehingga efek yang ditimbulkan bisa meminimalkan tekanan dan kesedihan. *Coping* yang dilakukan dapat bersumber dari keyakinan keagamaannya. Hubungan antara agama dan hidup yang bahagia sudah bukan misteri. Agama mengisi harapan manusia dengan masa depan dan menciptakan bahagia dalam hidup. Lanjut usia mencoba mencari solusi agar tetap nyaman dan bahagia tinggal di panti jompo dengan melakukan coping religius.

Pada penelitian Safaria (2011), coping religius memainkan peran penting dalam menurunkan atau menahan (*reducing and buffering*) efek stressor kerja pada individu. Implikasinya, pengembangan keterampilan dan perilaku religius atau *koping religius* sangat dianjurkan sebagai sebuah kekuatan bagi individu untuk menghadapi tuntutan stres kerja yang semakin meningkat. Begitu juga bagi para lanjut usia di panti jompo dapat melakukan coping religius untuk menurunkan stres yang dihadapi di panti jompo. Kegiatan keagamaan yang dilakukan di panti jompo dapat memberikan motivasi yang kuat bagi para

lanjut usia untuk melakukan koping religius. Para lanjut usia berusaha menerima keadaan mereka untuk tetap mampu bertahan hidup di panti jompo. Di masa lanjut usia, para lanjut usia biasanya lebih berusaha mendekatkan diri pada Tuhan.

Kehidupan para lanjut usia yang tinggal di panti jompo inilah yang menarik perhatian peneliti. Di panti jompo ini para lanjut usia harus mampu beradaptasi menghabiskan sisa hidupnya dengan jauh dari keluarga, apalagi mereka yang sudah tidak memiliki keluarga lagi. Peneliti tertarik untuk meneliti hipotesis penelitian tentang "hubungan positif antara koping religius dan kebahagiaan psikologis lanjut usia di panti jompo". Semakin tinggi koping religius semakin tinggi kebahagiaan psikologisnya.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah laki-laki atau perempuan yang berumur 56 tahun ke atas berjumlah 30 orang. Subjek tinggal di Panti Wredha Perandan Padudan dan Panti Wredha Budhi Dharma di Yogyakarta. Subjek memiliki anak ataupun tidak memiliki anak. Subjek penelitian memeluk agama tertentu.

Pengambilan sampel subjek dilakukan dengan *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel ini didasarkan pada kriteria subjek yang telah ditetapkan. Pengambilan data dilakukan di dua panti jompo di Yogyakarta. Pengambilan data dilakukan dengan memberikan angket dan peneliti mendampingi satu-satu lanjut usia dalam pengisian angket.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Adapun skala yang digunakan, yaitu skala Kebahagiaan berdasarkan teori dari Ryff

(Rostiana,2011), berjumlah 24 aitem memiliki reliabilitas 0,701 dan validitas 0,125-0,67 dan skala Koping religius oleh Pargament (Klaassen,2006) berjumlah 30 aitem memiliki reliabilitas 0,941 dan validitas 0,246-0,767. Kedua alat ukur ini dibuat dengan dua variasi, yaitu aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Model skala yang digunakan adalah skala *Likert*.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik *product moment* dari Pearson yang dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara koping religius dan kebahagiaan psikologis. Selain itu dilakukan uji regresi untuk mengetahui seberapa besar sumbangan koping religius terhadap kebahagiaan psikologis. Uji analisis dilakukan melalui bantuan program komputer *SPSS 17.0 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini hendak mendeskripsikan 30 orang lanjut usia berdasarkan jenis kelamin, agama yang dianut, dan kelompok usia.

Tabel 2. Deskripsi Subjek

No. Faktor	Kategori	Jumlah	Presentase
1 Jenis Kelamin	a. Laki-laki	6	20%
	b. Perempuan	24	80%
2 Agama	a. Katholik	1	3,3%
	b. Kristen	12	40 %
	c. Islam	17	56,67%
3 Usia	a. < 56	0	0%
	b. $56 \leq x \leq 66$	7	23,33%
	c. > 66	23	76,67%

Dari data yang diperoleh, peneliti menggolongkan subjek dalam lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Penelitian ini menggunakan metode

persentil. Berikut ini tabel pembagian persentilnya.

Tabel 3. Pembagian Kebahagiaan dan Koping Religius Berdasar Persentil

Persentil	Kebahagiaan Psikologis	Koping religius
20	2,5833	3,0280
40	2,8917	3,1493
60	3,0417	3,5640
80	3,2417	3,8533

Selanjutnya, akan disampaikan rumus penormaan yang ditampilkan pada Tabel 4.

Tabel 4. Rumus penormaan

Kebahagiaan Psikologis	Kategorisasi	Koping religius
$X < 2,5833$	Sangat Rendah	$X < 3,0280$
$2,5833 \leq X < 2,8917$	Rendah	$3,0280 \leq X < 3,1493$
$2,8917 \leq X < 3,0417$	Sedang	$3,1493 \leq X < 3,5640$
$3,0417 \leq X \leq 3,2417$	Tinggi	$3,5640 \leq X \leq 3,8533$
$X > 3,2417$	Sangat Tinggi	$X > 3,8533$

Tabel 5. Norma Data Penelitian

Kebahagiaan Psikologis		Kategorisasi	Koping religius	
%	Frekuensi		%	Frekuensi
		Sangat		
16,67%	5	Rendah	16,67%	5
23,33%	7	Rendah	16,67%	5
13,33%	4	Sedang	26,67%	8
26,67%	8	Tinggi	23,33%	7
		Sangat		
20%	6	Tinggi	16,67%	5

Tabel di atas menunjukkan persentase terbesar pada variabel kebahagiaan psikologis pada kategori tinggi, yaitu 26,67%, dan variabel koping religius pada kategori sedang, yaitu 26,67%.

Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi yang diperlukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas pada dasarnya adalah melakukan perbandingan data yang peneliti miliki dengan data berdistribusi normal. Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan.

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah populasi berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada skala kebahagiaan psikologis dan skala koping religius dilakukan dengan menggunakan *test of normality* dari Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Data normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini adalah data normal (lihat tabel 6).

Tabel 6. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
psychological well being	.085	30	.200*	.978	30	.769
Religiouscopying	.116	30	.200*	.933	30	.057

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Uji linearitas untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. *F Linearity* ($p < 0,05$) terpenuhi yaitu $p = 0,011$ dan harga p dari nilai *F deviation from linearity*, ($p > 0,05$) terpenuhi $p = 0,208$. Dengan demikian, koping religius dan kebahagiaan psikologis memiliki hubungan yang linear.

Tabel 7. ANOVA tabel : test for linearity

Variabel	F (Sig)	
	Linearity	Deviation for Linearity
Kebahagiaan Psikologis*Koping religius	93,060 ($p < 0,05$)	4,242 ($p > 0,05$)

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang diperoleh dalam penelitian ini $p = 0,00$ dan $r = 0,673$. Nilai hipotesis ini sangat signifikan, yaitu $p < 0,01$. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Dengan demikian, hasil penelitian membuktikan ada hubungan positif antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R	R ²
Kebahagiaan Psikologis*Koping religius	0,673**	0,4529

**Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed)

Hasil Uji Regresi

Uji ini untuk mengetahui besar pengaruh koping religius terhadap kebahagiaan psikologis lanjut usia di panti jompo.

Tabel 9. Hasil Uji Regresi

Model	Adjusted R Square		Change Statistics				Sig. F Change		
	R	R Square	Change	F	Change df1	df2			
1	.658 ^a	.432	.412	.29753	.432	21.332	1	28	.000

a. Predictors: (Constant), gainingintimicywithother

Hasil dari tabel di atas menunjukkan bahwa R Square adalah 0,432. Hal ini berarti koping religius berpengaruh terhadap kebahagiaan psikologis sebesar 43,2 %. Hal ini berarti terdapat aspek lain selain koping religius yang tidak terukur dalam penelitian ini yang dapat memberikan pengaruh terhadap kebahagiaan psikologis lanjut usia di panti jompo.

Penulis melakukan analisis tambahan dengan memanfaatkan data demografik (jenis kelamin, agama dan usia).

Tabel 10. Korelasi koping religius dan kebahagiaan psikologis dilihat dari jenis kelamin

Jenis Kelamin	r
Lansia Perempuan	0,765**
Lansia Laki-laki	0,127

**Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan tabel di atas terdapat korelasi antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lansia perempuan ($r=0,765$ $p<0,01$). Sedangkan pada lansia laki-laki tidak terdapat korelasi yang signifikan pada koping religius dan kebahagiaan psikologis. ($r=0,127$ $p>0,01$).

Tabel 11. Korelasi koping religius dan kebahagiaan psikologis dilihat dari agama

Agama	r
Kristen	0,896**
Islam	0,578*

**Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed)

*Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

Berdasarkan tabel di atas terdapat korelasi antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lansia yang memeluk agama Kristen ($r=0,896$ $p<0,01$) dan memeluk agama Islam ($r=0,578$ $p<0,05$).

Tabel 12. Korelasi koping religius dan kebahagiaan psikologis dilihat dari umur

Umur	r
< 74	0,679**
> 74	0,700**

**Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan tabel di atas terdapat korelasi antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lansia yang usianya < 74 ($r=0,679$ $p<0,01$) dan lansia yang usianya > 74 ($r=0,700$ $p<0,01$).

PEMBAHASAN

Hipotesis penelitian berbunyi terdapat hubungan positif antara koping religius dan kebahagiaan psikologis pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo diterima. Ini artinya tinggi rendahnya koping religius berhubungan dengan tinggi rendahnya kebahagiaan psikologis lanjut usia yang tinggal di panti jompo.

Deskripsi penelitian pada 30 subjek lanjut usia yang tinggal di panti jompo menunjukkan bahwa koping religius berhubungan dengan kebahagiaan psikologis. Hal tersebut dapat diketahui dari tabel 5 bahwa frekuensi koping religius yang sedang berhubungan terhadap frekuensi kebahagiaan psikologis yang tinggi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya

yang dilakukan Safaria (2011) pada karyawan bahwa ketika koping religius individu tinggi, maka individu mampu meredam tekanan emosional yang ditimbulkan oleh *job insecurity* melalui perilaku religiusnya, seperti berdoa, atau berserah diri kepada Tuhan. Hal ini kemudian menyebabkan individu mampu meredakan tekanan emosionalnya tersebut sehingga secara langsung mampu menurunkan respon stres kerjanya. Sebaliknya, ketika koping religius individu rendah, maka tekanan emosional akibat *job insecurity* yang tinggi tidak mampu diredam, sehingga menyebabkan secara langsung peningkatan respon stres kerja pada individu.

Hasil penelitian ini didukung pendapat Koenig (Safaria, 2011) menerangkan bahwa praktek religius dan pengalaman religius membuat seseorang mampu untuk menumbuhkan emosi positif yang terkait dengan kesehatan mental. Sebagai tambahan emosi positif yang dihasilkan dari kegiatan religius akan menurunkan kerumitan dan stres sehari-hari (*daily hassles*). Dalam penelitian ini para lanjut usia dapat melakukan koping religius terhadap stres yang dihadapi di panti jompo. Dengan menurunnya tingkat stres, kesedihan dan emosi negatif yang dialami di panti jompo, maka akan memunculkan emosi positif. Emosi positif ini yang akan mengantarkan kebahagiaan psikologis dapat diperoleh di panti jompo.

Seybold dan Hill (Papalia dkk, 2008) menjelaskan bahwa agama tampaknya memainkan peran mendukung bagi banyak lanjut usia. Kemungkinan penjelasan bagi hal ini antara lain dukungan sosial, keinginan gaya hidup yang sehat, persepsi atas kontrol terhadap hidup mereka melalui doa, mendorong emosi positif, penurunan stres dan keimanan terhadap Tuhan. Para lanjut usia lebih mendekatkan diri pada Tuhan. Salah satunya adalah dengan beribadah lebih rajin sebagai bekal nanti di akhirat. Oleh

karena itu para lanjut usia lebih mampu melakukan regulasi emosi. Setiap masalah ataupun persoalan yang mereka hadapi di panti jompo dapat diatasinya dengan melakukan koping religius.

Kegiatan keagamaan banyak dilaksanakan di panti bagi pemeluk agama Islam, yaitu pengajian setiap hari senin dan kamis. Panti mendatangkan ustad/ustadzah untuk memberikan siraman rohani. Sedangkan bagi pemeluk agama Kristen dan Katholik kegiatan keagamaan dilaksanakan hari Selasa. Panti mendatangkan pendeta atau rama. Kegiatan agama tersebut yang berpengaruh terhadap penggunaan koping religius.

Menurut Jalaluddin (2012), dalam kasus-kasus sebagaimana digambarkan di atas, umumnya agama dapat difungsikan dan diperankan sebagai penyelamat. Sebab melalui pengamalan ajaran agama, lanjut usia merasa memperoleh tempat bergantung. Untuk menekan stres, para lanjut usia dapat melakukan koping religius sebagai pengatasan masalah untuk meraih kebahagiaan. Kegiatan keagamaan yang dilakukan oleh seseorang akan memengaruhi kesehatan mental dan kebahagiaan psikologis. Semakin tinggi koping religius, semakin tinggi kebahagiaan psikologis. Sebaliknya semakin rendah koping religius, semakin rendah kebahagiaan psikologis.

Pada penelitian ini, terdapat temuan menarik (lihat tabel 10). Pola hubungan koping religius dan kebahagiaan psikologis hanya berlaku pada subjek perempuan, tidak pada subjek laki-laki. Ini berarti koping religius yang dimiliki subjek perempuan menentukan tingkat kebahagiaan psikologis. Sementara tinggi rendahnya koping religius pada subjek laki-laki tidak berpengaruh pada kebahagiaan psikologisnya di panti jompo.

Salah satu yang memengaruhi kebahagiaan psikologis seseorang adalah

tingkat keberagaman seseorang. Hasil studi dari Seybold dan Hill (Papalia dkk, 2008) juga menyatakan bahwa ada asosiasi yang positif antara religiusitas dengan *well being*, kepuasan pernikahan, dan keberfungsian psikologis; serta asosiasi yang negatif dengan bunuh diri, penyimpangan, kriminalitas, dan penggunaan alkohol dan penggunaan obat-obatan terlarang.

Muba (Erlangga, 2012) mengungkapkan *Subjective well-being* penting bagi lanjut usia karena dengan memiliki penilaian yang lebih tinggi tentang kebahagiaan dan kepuasan hidup, maka mereka cenderung bersikap lebih bahagia dan lebih puas. Dengan adanya perasaan puas dan bahagia lansia maka dapat membantu lanjut usia dalam mengatasi masalah-masalah yang sedang dialami oleh lanjut usia tersebut.

Para lanjut usia walaupun jauh dari keluarga tetap mampu bertahan dan meraih kebahagiaan karena mendapat dukungan baik secara fisik maupun moral dari sesama lanjut usia maupun pendamping lanjut usia di panti jompo. Hal tersebut dapat dilihat dari penelitian ini. Analisis regresi (lihat tabel 9) bahwa *gaining intimacy with others*, aspek koping religius menjadi prediktor yang signifikan berhubungan dengan kebahagiaan psikologis lanjut usia di panti jompo. Antonucci dan Akiyama (Santrock, 2008) menjelaskan bahwa teman merupakan sumber kebahagiaan segera yang amat kuat; sedangkan keluarga memberikan keamanan emosional dan dukungan yang lebih besar. Karena itu, pertemanan memiliki efek positif yang amat besar pada kebahagiaan lanjut usia, tetapi ketika hubungan keluarga buruk atau tidak ada sama sekali, efek negatif bisa muncul. Essex dan Nam (Santrock, 2008) menjelaskan intimasi merupakan manfaat penting bagi lanjut usia, yang ingin mengetahui bahwa mereka masih bernilai dan dibutuhkan terlepas

dari penurunan fisik dan lainnya.

Koping religius yang dilakukan para lanjut usia dalam penelitian ini memengaruhi lanjut usia untuk meraih kebahagiaan psikologis. Para lanjut usia diberikan kegiatan-kegiatan yang didampingi oleh para pendamping di setiap panti jompo. Hal inilah yang membuat para lanjut usia tetap senang dan bahagia bersama sesama lanjut usia di panti jompo.

Sebuah penelitian tidak selamanya sempurna. Begitu juga dengan penelitian ini, walaupun hipotesis terbukti. Dari hasil analisis yang dilakukan terhadap penelitian ini, peneliti menemukan beberapa kekurangan, seperti kurang banyaknya subjek dalam penelitian, sulitnya komunikasi dengan para lanjut usia karena keterbatasan fisik dan kurangnya kemampuan peneliti dalam pembuatan aitem-aitem dari aspek yang ada.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis statistik dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa tinggi rendahnya koping religius berpengaruh terhadap tinggi rendahnya kebahagiaan psikologis pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo sebesar 43,2 %. *Gaining intimacy with others*, aspek koping religius menjadi prediktor utama yang berpengaruh terhadap kebahagiaan psikologis pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo.

Saran

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan koping religius dan kebahagiaan psikologis dengan sebaiknya jumlah subjek yang lebih banyak dan penelitian dilakukan di banyak panti sehingga terlihat gambaran secara umum kehidupan lanjut usia di berbagai panti jompo. Penelitian selanjutnya dapat

menggunakan metode kualitatif, agar hasil yang didapat lebih digali secara mendalam dan jelas. Bagi subjek, subjek dalam penelitian ini hendaknya senantiasa melakukan koping religius untuk tetap bertahan dan bahagia tinggal di panti jompo. Para lanjut usia juga diharapkan untuk berperan aktif mengikuti kegiatan yang diadakan di panti jompo dan jika ada yang dibutuhkan jangan sungkan untuk meminta bantuan pada pendamping panti jompo.

DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin. J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Erlangga,S.W. (2012). Subjective Well-Being pada Lansia Penghuni Panti Jompo. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Jalaluddin. (2012). *Psikologi Agama*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Klaassen, D. W, Mc Donald,M.J dan James. (2006). In P.T.Wong & L.C.J.Wong (Eds). *Advance in The Study of Religious and Spiritual Coping*. *Handbook of Multicultural Perspectives on stress and coping*, 105-132.
- Olivia, D. (2010). Hubungan antara Integrity dengan Psychological Well being Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Wredha Melania. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Papalia, D.E.,Old,S.W. dan Feldman,R.D. (2008). *Human Development*. Jakarta : Kencana
- Rostiana. (2011). Pengaruh Kebahagiaan Integratif terhadap Komitmen Organisasional dan Perilaku Kewargaan Organisasional. *Disertasi*. Tidak diterbitkan. Bandung : Program Pascasarjana Universitas Padjajaran.
- Safaria, T. (2011). *Peran Koping religius sebagai Moderator dari Job Insecurity terhadap Stres Kerja pada Staff Akademik*. *Jurnal Humanitas*, 2, 155-170
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development*. Jakarta : Erlangga