

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

Tinjauan pustaka sangat berguna bagi proses pembahasan penelitian ini, Di samping itu, untuk menunjukkan bahwa topik yang diteliti belum pernah diteliti oleh peneliti lainnya dalam konteks yang sama. Se jauh penelusuran dilakukan, ternyata ada beberapa karya tulis ilmiah dari berbagai sumber yang memiliki keterkaitan pembahasan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, beberapa penelitian sebelumnya itu antara lain:

Penelitian Siti Umi Taslima (2016) yang berjudul “Peningkatan Religiusitas Pada Lansia (Studi Pada Lansia di Kompleks Eks. Kowihan II Kelurahan Baciro Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta)”. Penelitian ini membahas mengenai upaya dalam meningkatkan sikap religiusitas pada lansia di kompleks Eks. Kowihan II Kelurahan Baciro Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta. Penelitian ini menjelaskan bahwa memasuki masa lansia yang bahagia identik dengan kesiapan untuk menerima segala perubahan dan aspek kehidupan dengan sistem yang dapat mempengaruhi perkembangan hidupnya. Salah satu sistem tersebut adalah nilai-nilai tentang ketuhanan atau disebut dengan religiusitas sebagai suatu tujuan peningkatan keberagaman pada masa lansia yang dilakukan dan usaha dalam

meningkatkan keimanan kepada Allah SWT serta untuk mengisi hari tua dan menyiapkan kegiatan dalam menyiapkan bekal di akhirat kelak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan oleh lansia dalam meningkatkan sikap religiusitas tergambar dalam peningkatan dimensi religiusitas yaitu bertambahnya ketaatan dan keimanan kepada Allah SWT, aktif mengikuti pengajian, rajin sholat berjamaah dan sholat sunnah, tadarus Al-Qur'an dan juga berdzikir, membangun hubungan yang baik dengan orang lain, menambah pengetahuan dengan mengikuti pengajian dan membaca buku, dan merasakan pengalaman religius di kehidupannya. Sebagai sebuah upaya dalam meningkatkan religiusitas pada lansia ini didapatkan hasil bahwa adanya peningkatan dalam hal melakukan kegiatan ibadah dan amalan yang baik bagi kehidupan masa lanjutnya.<sup>5</sup>

Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Mardhiana Eingar Sarpitaningtyas (2012) dengan judul “Motivasi Lansia Melakukan Aktivitas Keagamaan Dalam Mengisi Hari Tua di Dusun Dukuh Desa Mandisari Kec. Parakan Kab. Temanggung”. Penelitian ini membahas mengenai aktivitas keagamaan yang dilakukan Lansia, motivasi lansia dalam melakukan aktivitas keagamaan, dan kesiapan para lansia dalam menghadapi kematian, serta tujuan dan kendala yang dialami dalam mengisi hari tua pada lansia di Dusun Dukuh Desa Mandisari Kec. Parakan Kab. Temanggung.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan yang ada di desa mandisari sangatlah baik, karena aktivitasnya sudah berjalan

---

<sup>5</sup> Siti Umi taslima, “*Peningkatan Religiusitas Pada Lansia (Studi Pada Lansia di Kompleks Eks. Kowihan II Kelurahan Baciro Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta)*” (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2016), *Skripsi*

secara teratur. Lalu pada motivasinya antara lain adalah agar dapat menjadikan hati mereka nyaman dan damai serta dapat menambah rasa taat kepada Allah. Dalam hal menghadapi kematian mereka kebanyakan dari informan merasa siap karena takdir ada di tangan Allah. Dalam hal kendala dan tujuan mereka merasa kalau tujuan baik maka akan menghasilkan sesuatu yang baik pula. Dengan demikian motivasi lansia melakukan aktivitas keagamaan dalam mengisi hari tua di dusun dukuh desa Mandisari yang mempunyai banyak aktivitas yang bermanfaat untuk semuanya.<sup>6</sup>

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Siti Naila Fauzia (2015) yang berjudul “Perilaku Keagamaan Islam Pada Anak Usia Dini (Penelitian Kualitatif di Kelompok B TK Permata Sunnah Banda Aceh)” dalam Jurnal Pendidikan Usia Dini, volume 9 Edisi 2. Penelitian ini membahas mengenai perilaku keagamaan Islam anak usia dini di Taman Kanak-kanak Permata Sunnah Banda Aceh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku keagamaan Islam pada anak meliputi: anak paham tentang ajaran Islam, anak bersikap baik terhadap sesama makhluk ciptaan Allah, dan anak terampil dalam beribadah. Kemudian proses pendidikan, antara lain: menggunakan kurikulum 2013. Program unggulan adalah tahfidzul Qur’an. Peran guru dalam membentuk perilaku keagamaan Islam pada anak, serta dukungan orang tua dalam membentuk perilaku keagamaan Islam pada anak adalah adanya dukungan di rumah, dan adanya kerjasama yang terjalin antara orang tua dengan pihak sekolah. Keberhasilan TK Permata Sunnah dalam

---

<sup>6</sup> Mardiana Enggar Sarpitaningtyas, “*Motivasi Lansia Melakukan Aktivitas Keagamaan Dalam Mengisi Hari Tua di Dusun Dukuh Desa Mandisari Kec. Parakan Kab. Temanggung*” (Salatiga: STAIN, 2012), *Skripsi*

membentuk perilaku keagamaan Islam pada anak ditunjukkan pada perubahan perilaku yang dialami anak, dan adanya kepercayaan masyarakat terhadap sekolah.<sup>7</sup>

Berdasarkan tinjauan pustaka di atas, terdapat perbedaan dengan penelitian ini, baik dari subjek penelitian maupun dari fokus penelitian. Untuk itu, peneliti mengangkat judul “Perilaku Keagamaan Kaum Manula di BPSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur”. Penelitian ini membahas mengenai perilaku keagamaan kaum manula muslim yang ada di BPSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Peneliti berharap agar kaum manula tersebut dapat melakukan hal-hal yang baik sesuai dengan pengalaman yang didapat dalam menjalani keagamaan.

## **B. Kerangka Teori**

### **1. Perilaku Keagamaan**

#### **a. Pengertian Perilaku Keagamaan**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan.<sup>8</sup> Perilaku disebut juga dengan perbuatan. Perilaku memiliki arti lebih konkret dari pada jiwa. Untuk itu, perilaku lebih mudah dipelajari daripada jiwa, dan melalui perilaku akan tetap bisa mempelajari jiwa. Termasuk dalam perilaku ini ada perilaku yang

---

<sup>7</sup> Siti Naila Fauzia, “*Perilaku Keagamaan Islam Pada Anak Usia Dini (Penelitian Kualitatif di Kelompok B TK Permata Sunnah Banda Aceh)*” (Jakarta: UNJ, 2015), *Jurnal Pendidikan Usia Dini, Volume 9 Edisi 2*

<sup>8</sup> KBBI Online. <http://kbbi.web.id/perilaku>, diakses pada 3 Februari 2017

terbuka (*overt*) dan perilaku yang tertutup (*covert*). Perilaku yang terbuka adalah perilaku yang dapat diamati secara langsung oleh panca indera. Sedangkan perilaku tertutup hanya dapat diketahui secara tidak langsung melalui metode-metode khusus.<sup>9</sup>

Keagamaan berasal dari kata agama yaitu ajaran, sistem yang mengatur tata keimanan (kepercayaan) dan peribadatan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa serta tata kaidah yang berhubungan dengan pergaulan manusia dan manusia, serta lingkungannya.<sup>10</sup> Berdasarkan uraian tersebut maka perilaku keagamaan adalah suatu tindakan atau perbuatan seseorang dalam rangka menjalankan ibadah kepada Tuhan dan berbuat baik kepada sesama manusia maupun lingkungan sekitar.

Pengertian lain menyatakan bahwa perilaku keagamaan adalah suatu pola penghayatan kesadaran seseorang tentang keyakinannya terhadap adanya Tuhan kemudian diwujudkan dalam pemahaman akan nilai-nilai agama yang dianutnya, dalam mematuhi perintah dan menjauhi larangan agama dengan keikhlasan hati dan juga dengan seluruh jiwa dan raga.<sup>11</sup>

Perilaku keagamaan menurut psikologi modern (Psikoanalisis, Behaviorisme atau Aliran Perilaku dan Psikologi Humanistik).

---

<sup>9</sup> Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), hal. 8

<sup>10</sup> KBBI Online. <http://kbbi.web.id/agama>, diakses pada 3 Februari 2017

<sup>11</sup> Siti Naila Fauzia, "Perilaku Keagamaan Islam Pada Anak Usia Dini (Penelitian Kualitatif di Kelompok B TK Permata Sunnah Banda Aceh)" (Jakarta: UNJ, 2015), *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, Volume 9 Edisi 2, hal. 305

- 1) Psikoanalisis tentang perilaku keagamaan yang digagas oleh Sigmund Freud melihat bahwa agama adalah reaksi manusia atas ketakutannya sendiri. Dapat dijelaskan bahwa orang melakukan perilaku beragama semata-mata didorong oleh keinginan untuk menghindari keadaan bahaya yang akan menimpa dirinya dan akan memberikan rasa aman bagi dirinya sendiri.
- 2) Behaviorisme tentang perilaku keagamaan, oleh John Broadus Watson dan digerakkan oleh B.F Skinner menyatakan sebagaimana perilaku lain bahwa perilaku keagamaan merupakan ungkapan bagaimana manusia dengan pengkondisian operan belajar hidup di dunia yang dikuasai oleh hukum ganjaran dan hukuman.
- 3) Humanistik tentang perilaku keagamaan oleh Abraham Maslow. Pendekatan ini mengakui eksistensi agama dan mengungkapkan konsep *metamotivation*. Kemudian *mystical* atau *peak experience* adalah bagian dari *metamotivation* yang menggambarkan pengalaman keagamaan. Pada kondisi ini manusia merasakan adanya pengalaman keagamaan yang sangat dalam. Ada kesempatan-kesempatan dimana seseorang yang mengaktualisasikan diri mengalami ektase, kebahagiaan, perasaan terpesona, dan ini adalah bagian dari kesempurnaan manusia.<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> Djamaludin Ancok & Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 66-69

Berdasarkan pemaparan menurut psikologi modern di atas, membawa pengertian bahwa perilaku keagamaan adalah perbuatan dalam beragama semata-mata untuk menghindarkan dirinya dari rasa takut dan bahaya. Selain itu, seseorang yang taat akan ajaran agama yang dianutnya maka ia akan mendapatkan pahala atau ganjaran dari Allah dan kemudian hal ini akan menjadi pengalaman dalam hidupnya.

Perilaku keagamaan adalah segala perbuatan dan tindakan yang dilakukan seseorang atas dasar keimanan dan diwujudkan dalam bentuk ibadah kepada Allah Swt dengan menjalankan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.

#### **b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Keagamaan**

Perilaku keagamaan terbentuk oleh dua faktor, yaitu faktor intern dan faktor ekstern.

##### **1) Faktor Intern**

Faktor intern termuat dalam aspek kejiwaan manusia seperti naluri, akal, perasaan, maupun kehendak. Dalam hal ini, manusia sudah memiliki potensi dalam beragama. Secara garis besar faktor intern ini meliputi faktor hereditas, tingkat usia, kepribadian dan kondisi jiwa seseorang.

a) Faktor Hereditas

Jiwa keagamaan memang tidak secara langsung menjadi faktor bawaan yang diwariskan secara turun-temurun, namun terbentuk dari berbagai unsur kejiwaan lain seperti: kognitif, afektif dan konatif.

b) Tingkat Usia

Faktor tingkat usia bukan satu-satunya sebagai penentu dalam perkembangan jiwa keagamaan seseorang. Namun, dapat dilihat dari adanya perbedaan agama pada tingkat usia yang berbeda.

c) Kepribadian

Kepribadian dibentuk antara unsur hereditas dan lingkungan dan ini menjadi ciri khas pada diri seseorang. Kepribadian disebut sebagai jati diri seseorang yang menampilkan perbedaan ciri-ciri individu dengan individu yang lainnya. Perbedaan inilah yang berpengaruh terhadap perkembangan aspek kejiwaan termasuk jiwa keagamaan.

d) Kondisi Jiwa Seseorang

Kondisi jiwa seseorang ini terkait dengan kepribadian. Seperti yang dikatakan oleh Sigmund Freud bahwa gangguan kejiwaan ditimbulkan oleh konflik yang tertekan di alam ketidaksadaran manusia. Konflik ini akan menjadi sumber gejala kejiwaan yang abnormal. Kemudian, hubungannya

dengan jiwa keagamaan bahwa seseorang yang mengidap *schizophrenia* akan mengisolasi diri dari kehidupan sosial serta persepsinya tentang agama akan dipengaruhi oleh halusinasi. Demikian juga pengidap *phobia* akan dicekam oleh perasaan takut yang irasional.

## 2) Faktor Ekstern

Faktor ekstern merupakan dorongan untuk beragama karena faktor luar dirinya. Hal ini meliputi: lingkungan keluarga, lingkungan institusi, dan lingkungan masyarakat.

### a) Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan satuan sosial yang paling sederhana dan terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak. Bagi anak-anak, keluarga adalah lingkungan sosial pertama yang dikenalnya. Oleh karena itu orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan jiwa keagamaan anak. Keluarga juga dinilai sebagai faktor yang paling dominan dalam meletakkan dasar bagi perkembangan jiwa keagamaan.

### b) Lingkungan Institusi

Institusi yang ikut berpengaruh dalam perkembangan jiwa keagamaan berupa institusi formal seperti sekolah maupun yang nonformal seperti berbagai perkumpulan atau organisasi.

### c) Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat dapat berpengaruh terhadap perkembangan jiwa keagamaan seseorang. Pada umumnya, kehidupan dalam bermasyarakat dibatasi oleh berbagai norma dan nilai-nilai yang didukung warganya. Karena itu, setiap warga berusaha untuk menyesuaikan sikap dan perilaku dengan norma dan nilai-nilai yang ada.<sup>13</sup>

### c. Tipe-Tipe Perilaku Keagamaan

William James secara garis besar mengelompokkan perilaku keagamaan ke dalam dua tipe, yaitu: tipe orang yang sakit jiwa dan tipe orang yang sehat jiwa. Kedua tipe ini menunjukkan sikap dan perilaku keagamaan yang berbeda.<sup>14</sup>

#### 1) Tipe Orang yang Sakit Jiwa (*The Sick Soul*)

Menurut William James, perilaku keagamaan orang yang sakit jiwa ditemui pada mereka yang pernah mengalami latar belakang kehidupan keagamaan yang terganggu, hal ini menjadi penyebab perubahan sikap dan perilaku yang mendadak terhadap keyakinan agama. William Starbuck juga berpendapat, bahwa penderitaan yang dialami disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu faktor intern dan faktor ekstern.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015), hal. 265-272

<sup>14</sup> *Ibid.*, hal. 109

<sup>15</sup> *Ibid.*, hal. 110

- a) Faktor intern yang menjadi penyebab timbulnya perilaku keagamaan yang tidak lazim yaitu: temperamen, gangguan jiwa, konflik dan keraguan, serta jauh dari Tuhan. Adapun ciri-ciri perilaku keagamaan orang yang sakit jiwa cenderung menampilkan sikap: pesimis, introvert, menyenangi paham yang ortodoks, dan mengalami proses keagamaan secara non gradasi.
- b) Faktor ekstern yang mempengaruhi perilaku keagamaan secara mendadak yaitu: musibah dan kejahatan.

## 2) Tipe Orang yang Sehat Jiwa (*Healty Minded Ness*)

Ciri dan perilaku agama pada orang yang sehat jiwa menurut W. Starbuck yang dikemukakan dalam buku *Religion Psychology* oleh W. Houston Clark adalah:

- a) Optimis dan gembira

Seseorang akan menghayati segala bentuk ajaran agama dengan perasaan optimis.

- b) Ekstrovet dan tak mendalam

Kepribadian orang sehat jiwa yang optimis dan terbuka menyebabkan dirinya mudah melupakan kesan-kesan buruk dan luka hati yang tergores sebagai ekses religiusitas tindakannya. Selalu berpandangan keluar dan membawa suasana hatinya lepas dari kungkungan ajaran agama yang

terlalu rumit. Sebagai pengaruh kepribadian yang ektrovet, maka mereka cenderung:

- (1) Menyenangi teologi yang luwes dan tidak kaku.
- (2) Menunjukkan perilaku keagamaan yang lebih bebas.
- (3) Menekankan ajaran cinta kasih daripada kemurkaan dan dosa.
- (4) Mempelopori pembelaan terhadap kepentingan agama secara sosial.
- (5) Tidak menyenangi implikasi penebusan dosa.
- (6) Bersifat liberal dalam menafsirkan pengertian ajaran agama.
- (7) Selalu berpandangan positif.
- (8) Berkembang secara graduasi.<sup>16</sup>

#### **d. Ciri-ciri Keagamaan pada Manula**

Berbagai macam latar belakang yang menjadi penyebab kecenderungan sikap keagamaan pada manula. Secara garis besar ciri-ciri keagamaan manula adalah:

- 1) Kehidupan keagamaan pada manula sudah mencapai tingkat kemantapan.
- 2) Meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan.

---

<sup>16</sup> *Ibid.*, hal. 114-115

- 3) Mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh.
- 4) Sikap keagamaan cenderung mengarah pada kebutuhan saling cinta antar sesama manusia, serta sifat-sifat luhur.
- 5) Timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan penambahan usia lanjutnya.
- 6) Perasaan takut kepada kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap dan perilaku keagamaan dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan abadi (akhirat).<sup>17</sup>

#### **e. Dimensi Keagamaan**

Djamaluddin Ancok merumuskan bahwa untuk mengetahui keagamaan pada seseorang dapat dilihat dengan beberapa aspek dimensi yaitu dimensi aqidah, dimensi ibadah atau syariah, dan dimensi akhlaq.

##### **1) Dimensi Aqidah**

Dimensi aqidah menunjuk pada sejauh mana tingkat keyakinan seorang Muslim terhadap kebenaran ajaran-ajaran agamanya, terutama terhadap ajaran yang bersifat fundamental dan dogmatik. Dalam Islam, dimensi keimanan meliputi

---

<sup>17</sup> *Ibid.*, hal. 100

keyakinan tentang Allah, malaikat, Nabi/Rasul, kitab-kitab Allah, surga dan neraka, serta qadha dan qadar.<sup>18</sup>

Penghayatan seorang muslim menyertai pada dimensi aqidah atau keyakinan yang menunjuk perasaan dekat dengan Allah, perasaan doa-doanya sering terkabul, perasaan tenteram dan bahagia karena menyembah Allah, khusyuk dalam melaksanakan sholat dan berdoa, memiliki perasaan bergetar ketika mendengar adzan atau ayat-ayat Al-Qur'an, dan perasaan mendapatkan peringatan atau pertolongan Allah.<sup>19</sup>

## 2) Dimensi Ibadah atau Syariah

Dimensi ibadah atau syariah menunjuk seberapa jauh tingkat kepatuhan seorang Muslim dalam melaksanakan kegiatan ritual sebagaimana yang dianjurkan oleh agama. Dalam Islam ibadah terbagi menjadi dua yaitu: pertama, ibadah mahdhah (khusus) yaitu ibadah yang ketentuannya ditetapkan oleh nash, seperti: sholat, puasa, zakat dan sebagainya. Kemudian yang kedua ibadah ghairu mahdhah (umum) yaitu semua perbuatan baik yang dilakukan semata-mata karena Allah SWT. Misalnya berdakwah, menuntut ilmu dan *beramar ma'ruf nahi munkar* di berbagai bidang.<sup>20</sup>

---

<sup>18</sup> Djamaludin Ancok & Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 80

<sup>19</sup> *Ibid.*, hal. 82

<sup>20</sup> Syakir Jamaluddin, *Kuliah Fiqh Ibadah* (Yogyakarta: LPPI UMY, 2013), hal. 50

Berikut ini akan dipaparkan macam-macam ibadah mahdhah yang khususnya berhubungan Allah (*hablumminallah*) seperti sholat, puasa, zakat, membaca Al-Qur'an, dan dzikir/doa.

a) Shalat

Shalat menurut bahasa adalah do'a atau rahmat. Adapun pengertian shalat menurut istilah adalah suatu ibadah yang terdiri dari ucapan dan perbuatan tertentu yang dibuka dengan takbir dan ditutup dengan salam.<sup>21</sup>

Di dalam Islam, shalat mempunyai arti penting dan kedudukannya yang sangat istimewa, seperti; Shalat merupakan ibadah yang pertama kali diwajibkan oleh Allah SWT yang perintahnya langsung diterima Rasulullah saw pada malam Isra'-Mi'raj, shalat merupakan tiang agama, maka shalat harus selalu ditegakkan dan tidak boleh ditinggalkan dalam keadaan bagaimanapun juga, baik itu dalam keadaan sakit, musafir, atau bahkan saat perang, shalat merupakan amalan yang pertama kali dihisab pada hari kiamat. Dijadikannya shalat sebagai standar awal dalam menilai keseluruhan amal menunjukkan bahwa kualitas pelaksanaan shalat seseorang dapat menunjukkan kualitas amalan orang tersebut.<sup>22</sup> Bagi muslim yang sudah terkena kewajiban shalat terkena kewajiban shalat karena sudah

---

<sup>21</sup> *Ibid.*, hal. 41

<sup>22</sup> *Ibid.*, hal. 42-44

baligh dan berakal, kemudian meninggalkan shalat dengan sengaja, dihukumi syirik dan kufur.<sup>23</sup>

b) Puasa

Puasa secara bahasa berarti menahan diri dari sesuatu. Adapun menurut istilah syar'i adalah menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dari sejak terbitnya fajar sampai dengan terbenamnya matahari yang disertai niat.<sup>24</sup>

*Al-shan'ani* dalam *subul al-salam* menambahkan bahwa puasa atau menahan diri tersebut tidak hanya sebatas menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa tetapi juga menahan diri dari hal-hal yang dapat mengurangi nilai puasa seperti perbuatan dan perkataan sia-sia, dusta, jorok dan bertengkar, semacamnya, dari sejak terbitnya fajar sampai dengan terbenamnya matahari yang disertai niat.<sup>25</sup>

Syarat wajib puasa meliputi: Muslim yaitu orang yang beragama Islam dan *mumayyiz* (orang yang sudah mampu), yaitu orang yang sudah dewasa (*baligh*) dan berakal (*aqil*) serta kuat berpuasa (*qadir*). Syarat sah puasa meliputi: bagi wanita harus suci dari haid dan nifas, dikerjakan pada hari yang dibolehkan berpuasa atau mengganti puasa selain pada

---

<sup>23</sup> *Ibid.*, hal. 45

<sup>24</sup> *Ibid.*, hal. 223

<sup>25</sup> *Ibid.*, hal. 224

hari yang diharamkan berpuasa seperti dua hari raya ied dan hari tasyrik.<sup>26</sup>

Adapun hal-hal yang membatalkan puasa seperti makan, minum, hubungan seksual, muntah dengan sengaja, keluar darah haid dan nifas, gila saat sedang berpuasa.<sup>27</sup> Adab berpuasa antara lain: niat karena Allah SWT semata, makan sahur, Menjauhi hal-hal yang dapat membatalkan atau mengurangi nilai puasa, berbuka puasa dengan segera, berbuka dengan makanan dan minuman yang manis-manis dan jangan berlebihan, memberikan makanan berbuka bagi orang yang berpuasa, shalat berjamaah di masjid, lakukan amalan-amalan utama dibulan Ramadhan seperti, shalat tarawih berjamaah, tadarrus Al-Qur'an, dzikir/do'a, perbanyak shadaqah di bulan Ramadhan dan memaksimalkan ibadah pada 10 hari terakhir di bulan Ramadhan.<sup>28</sup>

Puasa memiliki hikmah yang sangat besar terhadap manusia, baik terhadap individu maupun sosial, terhadap ruhani maupun jasmani. Terhadap ruhani, puasa berfungsi mendidik dan melatih manusia agar terbiasa mengendalikan hawa nafsu yang ada dalam setiap individu. Puasa juga mampu melatih kepekaan dan kepedulian sosial manusia dengan merasakan langsung rasa lapar yang sering diderita

---

<sup>26</sup> *Ibid.*, hal. 225

<sup>27</sup> *Ibid.*, hal 226-227

<sup>28</sup> *Ibid.*, hal. 228-234

orang miskin dan dituntunkan untuk membantu mereka dengan memperbanyak shadaqah.

Sedangkan terhadap jasmani, puasa bisa mempertinggi kekuatan dan ketahanan jasmani kita karena umumnya penyakit bersumber dari makanan dan sebenarnya Allah menciptakan makhluknya termasuk manusia sudah ada kadarnya.<sup>29</sup>

Namun, tujuan utama Allah mewajibkan manusia berpuasa supaya mereka semua bertakwa, yakni terpelihara hubungan baiknya dengan Allah SWT dan terpelihara hubungan baiknya dengan sesama makhluk. Firman Allah:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى  
الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa<sup>30</sup>

#### c) Zakat

Ditinjau dari segi bahasa, kata zakat merupakan kata dasar (masdar) dari *zaka* yang berarti berkah, tumbuh, bersih, dan baik. Sedangkan, zakat dari segi istilah fikih berarti “sejumlah harta tertentu yang diwajibkan Allah diserahkan kepada orang-orang yang berhak”. Ibnu Taimiah berkata,

---

<sup>29</sup> *Ibid.*, hal. 247

<sup>30</sup> Q.S. Al-Baqarah/2 : 183

“jiwa orang yang berzakat itu menjadi bersih dan kekayaannya akan bertambah”.<sup>31</sup>

Arti tumbuh dan suci tidak digunakan hanya untuk kekayaan, tetapi lebih dari itu, juga untuk jiwa orang yang menzakatkannya, sesuai dengan firman Allah:

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا

Ambillah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan dan mensucikan mereka.<sup>32</sup>

Dalam ayat tersebut zakat juga disebut dengan sedekah sehingga Mawardi mengatakan sedekah itu adalah zakat dan zakat itu adalah sedekah; berbeda nama tetapi arti tetap sama.<sup>33</sup>

Di dalam Al-Qur'an ada beberapa istilah yang biasa digunakan untuk menjelaskan zakat yaitu: *shadaqah*, *nafaqah* / *infaq*, *afwu* / maaf.<sup>34</sup> Zakat diwajibkan kepada seseorang apabila telah memenuhi syarat-syarat wajib zakat, yaitu: Muslim, merdeka, harta itu mencapai *nishab*, harta itu sampau *haul*, harta itu adalah miliknya secara sempurna.<sup>35</sup>

Adapun, beberapa hikmah zakat adalah Mengikis dan melepaskan sifat kekikiran dan ketergantungan terhadap aspek materi yang sering membelenggu jiwa seseorang,

---

<sup>31</sup> Yusuf Qardawi, *Hukum Zakat* (Jakarta: CV Litera Antar Nusa, 2004), hal. 35

<sup>32</sup> Q.S. At-Taubah/9 : 103

<sup>33</sup> Yusuf Qardawi, *Hukum Zakat* (Jakarta: CV Litera Antar Nusa, 2004), hal. 36

<sup>34</sup> Syakir Jamaluddin, *Kuliah Fiqh Ibadah* (Yogyakarta: LPPI UMY, 2013), hal. 194-195

<sup>35</sup> *Ibid.*, hal. 199-200

Menciptakan ketenangan dan ketentraman baik pada pemberi zakat maupun pada yang menerima zakat, Mengembangkan segala hal yang baik, tidak hanya secara ekonomi individual, tetapi juga secara spiritual, Membebaskan diri pemberi zakat dari pedihnya dan panasnya siksa api neraka.<sup>36</sup>

d) Membaca Al-Qur'an

Secara etimologis Al-Qur'an berarti bacaan. Adapun secara terminologis, Al-Qur'an adalah firman Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad Saw. yang dibaca dengan mutawatir dan beribadah dengan membacanya.<sup>37</sup>

Al-Qur'an diturunkan dengan beberapa tujuan bagi manusia, seperti; membersihkan akal dan menyucikan jiwa dari segala bentuk syirik serta memantapkan keyakinan tentang keesaan Allah. Selanjutnya, untuk mengajarkan kemanusiaan yang adil dan beradab, menciptakan persatuan dan kesatuan, mengajak manusia berpikir dan bekerja sama dalam kehidupan bermasyarakat melalui musyawarah dan mufakat.<sup>38</sup>

Al-Qur'an merupakan bacaan yang istimewa, maka cara membaca Al-Qur'an pun, juga istimewa, berbeda ketika sedang membaca buku-buku lain. Hasil membacanya juga

---

<sup>36</sup> *Ibid.*, hal. 221

<sup>37</sup> Yunahar Ilyas, *Kuliah Ulumul Qur'an* (Yogyakarta: Itqan Publishing, 2013), hal. 16

<sup>38</sup> Imron Nasri [pengh.], *Islam Agama Rabbani* (Yogyakarta: Majelis Tabligh dan Dakwah Khusus PWM DIY, 2010), hal. 209

berbeda apabila dilakukan secara berulang-ulang oleh orang yang sama, apalagi dilakukan oleh banyak orang. Al-Qur'an yang dibaca dengan benar, akan menjadi petunjuk serta penuntun keselamatan hidup di dunia dan di akhirat.<sup>39</sup>

Membaca Al-Qur'an bisa dilakukan dengan dua cara, yaitu *tilawah* dan *tadarrus*. *Tilawah* yaitu membaca Al-Qur'an dengan melafadzkan ayat demi ayat, membetulkan tajwidnya dan membetulkan suara dan lagunya. Sedangkan, *tadarrus* yaitu membaca tidak hanya dengan melafadzkan ayat demi ayat, membetulkan tajwidnya, memerdukan suara dan lagunya, tetapi diteruskan dengan pemahaman makna, penggalan petunjuk dan kemudian diamalkan.<sup>40</sup>

e) Dzikir dan Do'a

Dzikir berasal dari bahasa Arab, *dzikr* yaitu mengingat dan mengucap atau menyabut. Di dalam Islam, berarti mengingat dan menyebut Asma Allah Swt.<sup>41</sup> Firman Allah:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا . وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً  
وَأَصِيلًا

Hai orang-orang yang beriman, berzdikirlah kepada Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepada-Nya diwaktu pagi dan petang.<sup>42</sup>

---

<sup>39</sup> *Ibid.*, hal. 207

<sup>40</sup> *Ibid.*, hal. 210

<sup>41</sup> Syamsul Rijal Hamid, *Buku Pintar Agama Islam* (Bogor: Cahaya Salam), hal. 364

<sup>42</sup> Q.S. Al-Ahzab/33 : 41-42

Do'a adalah memohon atau meminta pertolongan kepada Allah Swt. do'a tidak hanya untuk orang yang sedang terkena musibah saja, tetapi siapa pun diperkenankan untuk berdo'a. Setidaknya, berdo'a memohon ampunan atas segala dosa-dosa yang pernah dilakukan, atau meminta perlindungan kepada Allah dari godaan setan dan hawa nafsu.<sup>43</sup>

Firman Allah:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ  
عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

Dan Tuhanmu berfirman: "Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku akan masuk neraka Jahannam dalam keadaan hina dina".<sup>44</sup>

### 3) Dimensi Akhlaq

Dimensi akhlaq menunjuk pada seberapa jauh tingkatan seorang Muslim dalam berperilaku yang sesuai dengan ajaran agamanya. Dalam Islam pengamalan tersebut meliputi perilaku suka menolong, bekerjasama, berderma, menyejahterakan orang lain, menegakkan keadilan dan kebenaran, berlaku jujur, memaafkan, menjaga lingkungan, amanah, tidak mencuri, tidak korupsi dan menipu, tidak berjudi dan minum minuman keras,

---

<sup>43</sup> Syamsul Rijal Hamid, *Buku Pintar Agama Islam* (Bogor: Cahaya Salam), hal. 374

<sup>44</sup> Q.S. Al-Mu'min/40 : 60

mematuhi semua aturan Islam dan lain sebagainya.<sup>45</sup> Melalui penghayatan seseorang, cenderung akan merasakan pasrah diri secara positif terhadap Allah (tawakkal), dan merasa bersyukur atas nikmat yang diberikan oleh Allah.<sup>46</sup>

Dimensi yang telah dirumuskan diatas mengacu pada rumusan Glock & Stark yang menjelaskan dimensi keagamaan terdiri dari lima macam. Namun, dalam Islam tidak sepenuhnya sama. Beberapa dimensi yang dirumuskan Glock & Stark dapat disejajarkan dengan dimensi lain dalam Islam. Seperti, dimensi keyakinan dapat disejajarkan dengan Aqidah, dimensi praktek agama dapat disejajarkan dengan ibadah atau syariah, dan dimensi pengamalan disejajarkan dengan akhlaq.<sup>47</sup> Kemudian adanya hubungan antar dimensi yang menjelaskan bahwa aqidah seseorang harus dilengkapi dengan dimensi pengetahuan atau ilmu, sedangkan dimensi penghayatan menyertai aqidah, akhlaq dan ibadah. Sebagaimana yang dikutip oleh Djamaluddin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, Robbertson memaparkan lima macam dimensi yang dirumuskan oleh Glock & Star:

*Pertama*, dimensi keyakinan (ideologis) berisi pengharapan-pengharapan dimana orang yang beragama akan berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui doktrin-doktrin tersebut.

---

<sup>45</sup> Djamaludin Ancok & Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 81

<sup>46</sup> *Ibid.*, hal, 82

<sup>47</sup> *Ibid.*, hal. 80

Setiap agama mempertahankan seperangkat kepercayaan dimana para penganut diharapkan untuk taat. Namun, isi dan ruang lingkup keyakinan itu bermacam-macam tidak hanya di antara agama-agama, tapi juga di antara tradisi-tradisi dalam agama yang sama.

*Kedua*, dimensi peribadatan atau praktek agama (ritualistik) mencakup perilaku pemujaan, ketaatan dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Praktik keagamaan ini terdiri dari ritual keagamaan dan ketaatan dalam beribadah.

*Ketiga*, dimensi penghayatan (eksperimensial) berisikan dan memperhatikan fakta bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu, walaupun tidak tepat apabila dikatakan bahwa seseorang yang beragama dengan baik pada suatu waktu akan mencapai pengetahuan subjektif dan langsung mengenai kenyataan terakhir yang menyatakan bahwa ia akan mencapai suatu kontak dengan kekuatan supernatural. Seperti yang telah dipaparkan, dimensi ini berkaitan dengan keagamaan, perasaan, persepsi, dan sensasi yang dialami seseorang atau didefinisikan oleh suatu kelompok keagamaan.

*Keempat*, dimensi pengamalan (konsekuensial) mengacu pada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman, dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari. Meskipun agama banyak menggariskan bagaimana pemeluknya seharusnya berfikir dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari, tidak seluruhnya jelas sebatas

mana konsekuensi agama yang merupakan komitmen keagamaan atau semata-mata berasal dari agama.

*Kelima*, dimensi pengetahuan agama (intelektual) mengacu pada harapan bahwa orang-orang yang beragama memiliki sejumlah pengetahuan walaupun sedikit mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi. Hal ini, dimensi keyakinan dan pengetahuan memiliki keterkaitan satu sama lain, karena pengetahuan mengenai suatu keyakinan adalah syarat bagi penerimaannya. Meskipun demikian, keyakinan tidak perlu diikuti oleh syarat pengetahuan, dan juga semua pengetahuan agama tidak selalu bersandar pada keyakinan. Lebih jauh dari itu, seseorang dapat berkeyakinan kuat bahwa tanpa benar-benar memahami agamanya, atau kepercayaan bisa kuat atas dasar pengetahuan yang sedikit.<sup>48</sup>

## **2. Manusia Usia Lanjut (Manula)**

### **a. Pengertian Manusia Usia Lanjut (Manula)**

Menurut Laslett, menjadi tua (*aging*) merupakan suatu proses perubahan biologis pada manusia yang terjadi secara terus menerus di semua tingkatan umur dan waktu, sedangkan usia lanjut (*old age*) adalah istilah untuk tahap akhir dari proses penuaan tersebut.<sup>49</sup>

Manula adalah orang yang karena usianya secara alamiah akan mengalami kemunduran fisik maupun psikologis. Manula yang sehat

---

<sup>48</sup> *Ibid.*, hal. 77-78

<sup>49</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2011), hal. 1

dapat tetap produktif dan mandiri sampai usia yang sangat tua. Tetapi manula yang tidak sehat secara fisik dan psikologis akan cepat menjadi tanggungan dari anak-anaknya.<sup>50</sup>

Menurut UU No.13 Tahun 1998 manula adalah seseorang yang mencapai usia lebih dari 60 tahun.<sup>51</sup> Menurut Arifin, umur 65 sampai 75 tahun merupakan umur yang penuh dengan penderitaan dan keluhan karena seluruh anggota badan sudah lemah dan sering merasa sakit. Orang yang kurang tabah dalam hal ini akan lebih menderita batin. Umur 75 ke atas, merupakan yang lebih hebat lagi penderitannya.<sup>52</sup> Bukan saja seluruh anggota badan yang lemah dan sakit, tetapi mata tidak dapat melihat dan telinga tidak mendengar lagi.

Saat ini terdapat sekitar 21 juta penduduk manula atau sekitar 9,6% dari seluruh penduduk Indonesia. Diperkirakan tahun 2050 jumlah total manula adalah 69,5 juta. Bila anak-anaknya tidak dapat mengurus orangtua mereka yang tua dan sakit, maka negaralah yang harus mengurus. Apabila negara tidak siap mengurus para manula, maka akan lebih banyak lagi manula yang telantar. Panti-panti Werdha yang ada di Indonesia tidak cukup untuk menampung dan melayani para manula yang ada sekarang maupun yang akan datang.<sup>53</sup>

---

<sup>50</sup> Laurike Moeliono & Eddy Hasmi, *Buku Saku Kegiatan KKN Mahasiswa* (Yogyakarta: Direktorat Kerjasama Pendidikan kependudukan BKKBN, 2016), hal. 170

<sup>51</sup> R Siti Maryam [*et.al*], *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya* (Jakarta: Salemba Medika, 2008), hal. 32

<sup>52</sup> Bey Arifin, *Mengenal Tuhan* ( Jakarta: PT Zaytuna Ufuk Abadi, 2015), hal. 257

<sup>53</sup> Laurike Moeliono & Eddy Hasmi, *Buku Saku Kegiatan KKN Mahasiswa* (Yogyakarta: Direktorat Kerjasama Pendidikan kependudukan BKKBN, 2016), hal. 170

Manula adalah adalah seseorang yang mencapai usia lebih dari 60 tahun yang secara alamiah akan terus mengalami perubahan secara biologis serta banyak penurunan yang dirasakan, baik dalam segi fisik maupun psikis.

#### **b. Teori Tentang Manula**

Teori tentang manula menurut Lafrancois (1984) mengungkapkan bahwa hubungan antara umur manusia dengan kegiatannya ada dua, yaitu: teori Pengunduran Diri dan Teori Aktivitas. Adapun, Robert Atchley menerangkan tentang teori kontinuitas.

##### 1) Teori Pengunduran Diri (*Disengagement*)

Teori pengunduran diri (*disengagement*) mengemukakan bahwa semakin tinggi usia manusia akan diikuti oleh semakin mundurnya interaksi sosial, fisik dan emosi dengan kehidupan dunia. Hal ini dikenalkan oleh Cumming dan Henry pada tahun 1961. Manula mengundurkan diri dari perannya karena tidak dapat memenuhi tuntutan masyarakat lagi.

##### 2) Teori Aktivitas (*Activity Theory*)

Teori Aktivitas (*Activity Theory*) dikemukakan oleh Neugarten dan teman-teman yang mengungkapkan bahwa agar manula berhasil maka manula harus tetap aktif, semakin tua umur seseorang akan semakin memelihara hubungan sosial, baik fisik

maupun emosionalnya. Hal ini bertolak belakang dengan teori pengunduran diri (*disengagement*). Teori ini mendukung para manula yang masih aktif terlibat dalam berbagai kegiatan. Manula akan merasa puas apabila dapat terlibat atau dilibatkan dalam berbagai kegiatan.

### 3) Teori Kontinuitas (*Continuity Theory*)

Teori kontinuitas (*continuity theory*) dipaparkan oleh pakar gerontology yaitu Robert Atchley pada tahun 1989, menyatakan bahwa seseorang perlu memelihara suatu hubungan antara masa lalu dan masa kini. Dalam hal ini yaitu Aktivitas merupakan sebuah kepentingan yang bukan untuk dirinya sendiri, namun hal ini lebih luas untuk representasi secara berkesinambungan dari satu gaya hidup.<sup>54</sup>

## c. Kepribadian Manula

Dr. Darmawan mengemukakan 5 tipe kepribadian manula, yaitu: tipe konstruktif (*constructive personality*), tipe mandiri (*independent personality*), tipe tergantung (*dependent personality*), tipe bermusuhan (*hostilty personality*) dan tipe kritik diri (*self hate personality*).

1) Tipe Konstruktif (*Constructive Personality*), terdapat apabila sejak muda mudah menyesuaikan diri dengan baik terhadap

---

<sup>54</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2011), hal. 107-108

perubahan dan pola kehidupannya. Pada manula, tipe kepribadian ini dengan mudah menerima kenyataan dan menjalani dengan sukarela serta tidak dijadikan suatu masalah.

- 2) Tipe Mandiri (*Independent Personality*), tipe kepribadian ini seolah-olah memiliki prinsip bahwa manula tidak mau menyusahkan orang lain, tapi justru menolong orang lain.
- 3) Tipe Tergantung (*Dependent Personality*), tipe ini cenderung kepada ikut-ikutan terhadap orang lain sehingga menjadikan dirinya pasif dan tergantung pada orang lain karena tidak memiliki inisiatif dan kreativitas dalam menjalani kehidupan nyata.
- 4) Tipe Bermusuhan (*Hostilty Personality*), tipe ini sangat tidak disenangi oleh orang lain, karena perilaku tersebut yang cenderung sewenang-wenang, galak, kejam, agresif dan mau menang sendiri. Tipe ini menjadikan seseorang takut menghadapi masa tuanya, sehingga mereka berupaya untuk tetap awet muda dengan melakukan berbagai cara.
- 5) Tipe Kritik Diri (*Self Hate Personality*), tipe ini ditandai dengan sifat-sifat yang sering menyesali diri dan mengkritik dirinya sendiri.<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> Ronald Hutapea, *Sehat & Ceria di Usia Senja* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hal. 202-203

#### **d. Perubahan Yang Terjadi Pada Manula**

Perubahan yang terjadi pada manula meliputi perubahan fisik, kognitif dan sosio emosional.

##### 1) Perubahan Fisik

Perubahan fisik pada manula lebih pada perubahan fungsi biologis. Departemen Kesehatan RI (1998) mengungkapkan bahwa menjadi tua ditandai oleh kemunduran biologis yang terlihat dari gejala perubahan fisik yaitu: kulit mulai mengendur dan pada wajah timbul keriput serta garis-garis yang menetap, rambut mulai berubah dan menjadi putih, gigi mulai tanggal, penglihatan dan pendengaran mulai berkurang, mudah lelah, gerakan menjadi lamban dan kurang lincah, serta kerampingan tubuh menghilang karena terjadi timbunan lemak terutama di bagian perut dan pinggul.<sup>56</sup>

##### 2) Perubahan Kognitif

Perubahan yang terjadi pada manula seperti kesulitan dengan fungsi ingatan dalam mengekspresikan secara verbal atau berbicara merupakan bentuk perubahan fungsi kognitif. Departemen Kesehatan RI (1998) mengungkapkan bahwa menjadi tua ditandai oleh perubahan fungsi kognitif yaitu: mudah lupa (ingatan tidak berfungsi dengan baik), ingatan kepada masa lalu lebih baik dari pada ingatan terhadap hal-hal yang baru

---

<sup>56</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2011), hal. 39

terjadi (yang biasa dilupakan adalah nama-nama), orientasi umum dan persepsi terhadap ruang dan waktu mundur, meskipun sudah banyak pengalaman, namun skor yang dicapai dalam tes intelegensi menjadi lebih rendah, dan tidak mudah menerima ide baru.<sup>57</sup>

### 3) Perubahan Sosio Emosional

Emosi memiliki peran penting dalam kehidupan manula. Emosi merupakan suatu kondisi yang dapat menggerakkan perilaku terhadap gejala yang dilihat seperti pucat, gelisah, sedih, takut dan marah. Emosi adalah suatu keadaan pada diri seseorang yang ditandai oleh timbulnya aktivitas fisik, perubahan ekspresi wajah, sikap badan dan perasaan subjektif. Gejala pengalaman emosional selalu terkait dengan proses temuan diri dan proses mempertahankan diri dan dalam melindungi perasaan tersebut. Menurut Aristoteles, masalah yang muncul bukanlah berkenaan dengan emosi itu sendiri, namun bagaimana kesesuaian dari emosi dengan ekspresi emosi yang dimunculkan tersebut.<sup>58</sup>

#### e. Hal-Hal yang Perlu diperhatikan Manula

Berikut ini adalah hal-hal yang harus diperhatikan oleh manula berkaitan dengan perilaku yang baik (adaptif) dan tidak baik (maladaptif).

---

<sup>57</sup> *Ibid.*, hal. 67-68

<sup>58</sup> *Ibid.*, hal. 97-98

1) Perilaku yang kurang baik

Diantaranya seperti kurang berserah diri, pemarah, merasa tidak puas, murung, dan putus asa, sering menyendiri, kurang melakukan aktivitas fisik/olah raga, makan tidak teratur dan kurang minum, kebiasaan merokok dan meminum minuman keras, minum obat penenang dan penghilang rasa sakit tanpa aturan, melakukan kegiatan yang melebihi kemampuan, tidak memeriksakan kesehatan secara teratur.

2) Perilaku yang baik

Diantaranya seperti mendekati diri kepada Allah Swt, menerima keadaan, sabar dan optimis, serta meningkatkan rasa percaya diri dengan melakukan kegiatan yang sesuai dengan kemampuan, menjalin hubungan yang baik dengan keluarga dan masyarakat, melakukan olah raga ringan setiap hari, makan dengan porsi sedikit tetapi sering, memilih makanan yang sesuai, serta banyak minum, berhenti merokok dan meminum minuman keras, minumlah obat sesuai dengan anjuran dokter/petugas kesehatan, mengembangkan hobi sesuai kemampuan, memeriksakan kesehatan secara teratur.

3) Manfaat perilaku yang baik

- a) Lebih takwa dan tenang.
- b) Tetap ceria dan banyak mengisi waktu luang.
- c) Keberadaannya tetap diakui oleh keluarga dan masyarakat.

- d) Kesegaran dan kebugaran tubuh tetap terpelihara,
- e) Terhindar dari kegemukan dan kekurusan serta penyakit berbahaya seperti jantung, paru-paru, diabetes, kanker, dan lain-lain.
- f) Mencegah keracunan obat dan efek samping lainnya.
- g) Mengurangi stres dan kecemasan.
- h) Hubungan harmonis tetap terpelihara.
- i) Gangguan kesehatan dapat diketahui dan diatasi sedini mungkin.<sup>59</sup>

### 3. Perilaku Keagamaan Kaum Manula

Perilaku keagamaan adalah segala perbuatan atau tindakan yang dilakukan seseorang dengan cara beribadah yang langsung berhubungan dengan Allah Swt (*hablumminallah*) yang diwujudkan dalam bentuk ibadah kepada Allah Swt dengan menjalankan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya, maupun berhubungan dengan orang lain (*hablumminannas*) dengan cara berbuat baik terhadap sesama.

Manusia usia lanjut (Manula) adalah seseorang yang mencapai usia lebih dari 60 tahun, mereka adalah orang-orang yang karena usianya semakin bertambah maka secara alamiah akan mengalami kemunduran fisik maupun psikologis.

---

<sup>59</sup> R Siti Maryam [*et.al*], *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya* (Jakarta: Salemba Medika, 2008), hal. 39-40

Perilaku keagamaan kaum manula lebih membahas pada perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh manula yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah, menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Dimana kehidupan keagamaan pada manula sudah mencapai tingkat kemantapan, meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan, mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh, sikap keagamaan cenderung mengarah pada kebutuhan saling cinta antar sesama manusia, serta sifat-sifat luhur, timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan pertambahan usia lanjutnya, perasaan takut kepada kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap dan perilaku keagamaan dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan akhirat.

Perilaku keagamaan kaum manula yang dipengaruhi oleh beberapa faktor dapat menimbulkan peningkatan atau penurunan minat dalam perilaku beragama. Perilaku keagamaan manula diwujudkan melalui beberapa aspek dimensi, seperti: dimensi aqidah, dimensi ibadah atau syariah, dan dimensi akhlaq.