



Pengaruh Pelaksanaan Ibadah Oleh Penyuluh Agama Terhadap Sukacita Lansia di Desa Paniaran Kecamatan Siborongborong

Presman Anju Pinayungan¹, Goklas J Manalu², Elsina Sihombing³, Lasmaria Lumbantobing⁴, Luhut Mawardi Sihombing⁵

¹Mahasiswa, Pendidikan Penyuluh Agama, Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen, IAKN Tarutung

^{2,3,4,5}Dosen, Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen, IAKN Tarutung

*correspondence: presmananjupinayungan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh pelaksanaan ibadah oleh Penyuluh Agama terhadap peningkatan sukacita lansia di Desa Paniaran, Kecamatan Siborongborong. Masalah utama yang melatarbelakangi penelitian ini adalah adanya fenomena lanjut usia (lansia) yang mengalami kesepian, penurunan semangat hidup, dan berkurangnya rasa sukacita akibat penurunan kondisi fisik serta berkurangnya aktivitas sosial. Pelaksanaan ibadah kelompok yang mencakup doa, nyanyian rohani, dan persekutuan bersama hadir sebagai alternatif pendekatan spiritual untuk meningkatkan kesejahteraan emosional kaum lansia. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia anggota kelompok binaan Penyuluh Agama di Desa Paniaran yang berjumlah 17 orang. Mengingat ukuran populasi yang relatif kecil, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh atau total sampling, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden ($N=17$). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner berskala Likert 5 poin yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data statistik dilakukan dengan bantuan program SPSS. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh total skor empiris untuk variabel Pelaksanaan Ibadah Kelompok (X) sebesar 541 dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 31,82, sedangkan total skor variabel Sukacita Lansia (Y) adalah sebesar 573 dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 33,71. Pengujian hipotesis menggunakan Uji Korelasi *Product Moment Pearson* menghasilkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,684, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan searah antara pelaksanaan ibadah dengan sukacita lansia. Berdasarkan uji signifikansi parsial (uji t), diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 3,635 yang lebih besar dari t_{tabel} sebesar 1,753 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,004 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil analisis regresi linear sederhana menghasilkan persamaan $Y = -232 + 1,161X$. Sementara itu, uji koefisien determinasi ($R Square$) menunjukkan nilai sebesar 0,433, yang berarti pengaruh pelaksanaan ibadah memberikan kontribusi pengaruh sebesar 43,3% terhadap sukacita lansia, sedangkan 56,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini. Kesimpulan dari penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa

pengaruh pelaksanaan ibadah oleh Penyuluh Agama berpengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan sukacita lansia di Desa Panيران, Kecamatan Siborongborong.

Kata Kunci: Pelaksanaan Ibadah, Penyuluh Agama, Sukacita Lansia.

PENDAHULUAN

Menjadi tua merupakan fase alami yang akan dilalui oleh setiap individu. Proses penuaan bukan hanya berkaitan dengan penambahan usia, tetapi juga mencakup berbagai perubahan dalam kehidupan, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual. World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa lansia merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai persoalan kesehatan dan psikososial (World Health Organization, 2015). Oleh karena itu, upaya meningkatkan kualitas hidup lansia tidak cukup hanya berfokus pada aspek kesehatan fisik, tetapi juga perlu memperhatikan kesejahteraan psikologis dan spiritual.

Secara psikologis, masa lanjut usia dapat menjadi periode yang penuh dengan berbagai tantangan. Lansia dapat mengalami penurunan fungsi tubuh, keterbatasan aktivitas, kehilangan pasangan hidup, berkurangnya peran sosial, serta perubahan kondisi ekonomi. Berbagai perubahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan, stres, kesepian, bahkan gangguan psikologis apabila tidak disertai dengan dukungan yang memadai. Perkembangan manusia sepanjang rentang kehidupan menunjukkan bahwa kondisi psikologis pada masa lanjut usia sangat berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan dan kehilangan yang dialaminya (Santrock, 2016). Oleh sebab itu, kesejahteraan psikologis menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan agar lansia tetap mampu menjalani kehidupannya dengan sukacita.

Sukacita dalam kehidupan lansia tidak sekadar dipahami sebagai perasaan senang yang bersifat sementara, tetapi sebagai keadaan batin yang menunjukkan adanya kedamaian, kepuasan, penerimaan diri, dan pengharapan dalam menjalani kehidupan. Sukacita dapat terlihat melalui kemampuan lansia menerima kondisi dirinya, menemukan makna dalam kehidupan, memiliki tujuan hidup, serta mempertahankan hubungan yang positif dengan orang lain. Ryff dan Singer menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berkaitan dengan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan kemandirian (Ryff & Singer, 2008). Dengan demikian, sukacita pada lansia dapat dipahami sebagai bagian dari kesejahteraan psikologis yang memungkinkan seseorang tetap memiliki makna dan pengharapan meskipun menghadapi berbagai keterbatasan pada masa tua.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di Desa Panيران, Kecamatan Siborongborong, terdapat 17 orang lansia yang menjadi bagian dari kelompok binaan. Melalui wawancara dengan beberapa lansia dan Penyuluh Agama yang melaksanakan kegiatan penyuluhan pada kelompok tersebut, ditemukan bahwa lansia menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupan, seperti penurunan kondisi fisik, berkurangnya aktivitas sosial, serta perubahan peran dalam keluarga dan masyarakat. Kondisi tersebut pada beberapa lansia terlihat dalam bentuk kesepian, menurunnya semangat menjalani kehidupan, dan berkurangnya sukacita. Keadaan ini menunjukkan perlunya perhatian yang lebih serius terhadap aspek psikologis dan spiritual lansia.

Pendekatan spiritual menjadi salah satu aspek yang relevan dalam mendukung kesejahteraan psikologis lansia. Spiritualitas dapat memberikan makna hidup, harapan,

ketenangan batin, serta kekuatan dalam menghadapi keterbatasan fisik dan berbagai perubahan kehidupan. Koenig menjelaskan bahwa agama dan spiritualitas memiliki keterkaitan dengan berbagai aspek kesehatan mental, termasuk kesejahteraan psikologis dan kemampuan individu menghadapi tekanan kehidupan (Koenig, 2018). Oleh karena itu, kehidupan keagamaan dapat menjadi salah satu sumber dukungan bagi lansia dalam menjalani masa tua dengan lebih bermakna.

Dalam konteks kekristenan, pelaksanaan ibadah mencakup berbagai unsur, seperti doa, nyanyian rohani, pembacaan firman Tuhan, khotbah, dan persekutuan. Unsur-unsur tersebut dapat menjadi sarana penguatan iman sekaligus memberikan dukungan emosional dan spiritual bagi lansia. Nyanyian rohani, misalnya, tidak hanya berfungsi sebagai bentuk pujian kepada Tuhan, tetapi juga dapat menjadi media untuk mengekspresikan perasaan, mengingat pengalaman iman, memperkuat pengharapan, dan membangun ketenangan batin. Musik religius dalam kehidupan keagamaan juga dapat menjadi salah satu bentuk *coping* spiritual yang membantu individu menghadapi berbagai tekanan kehidupan.

Penelitian Bradshaw et al. (2014) mengenai musik religius pada kehidupan lanjut usia menunjukkan bahwa keterlibatan dalam mendengarkan atau menyanyikan musik religius berkaitan dengan berbagai aspek kesejahteraan mental pada masa tua. Musik religius dapat menjadi bagian dari pengalaman keagamaan yang memberikan penghiburan, penguatan, dan makna bagi individu dalam menghadapi berbagai perubahan kehidupan. Dengan demikian, nyanyian rohani dalam pelaksanaan ibadah dapat menjadi salah satu sarana yang mendukung pengalaman spiritual lansia.

Selain nyanyian rohani, doa juga merupakan bagian penting dalam kehidupan ibadah. Melalui doa, lansia memiliki ruang untuk menyampaikan pergumulan, menyerahkan kekhawatiran kepada Tuhan, mengungkapkan rasa syukur, serta membangun pengharapan. Levin (2016) menjelaskan bahwa praktik doa memiliki keterkaitan dengan berbagai aspek kesehatan mental dan dapat menjadi sumber dukungan spiritual bagi individu. Doa bersama juga memiliki dimensi sosial karena memungkinkan lansia berinteraksi dengan anggota komunitas iman. Kehadiran dalam komunitas tersebut dapat memberikan rasa diterima, diperhatikan, dan dihargai sehingga mengurangi perasaan terasing dalam kehidupan sosial.

Dimensi sosial dalam kehidupan beragama juga memiliki peranan penting bagi kesejahteraan lansia. Keterlibatan dalam komunitas keagamaan memungkinkan individu memperoleh dukungan sosial, membangun relasi, dan menemukan makna melalui kebersamaan dengan orang lain. Park et al. (2017) menunjukkan bahwa agama dan kebermaknaan hidup memiliki hubungan yang penting dalam membantu individu memahami pengalaman kehidupannya. Dalam konteks lansia, pengalaman ibadah bersama dapat menjadi ruang untuk membangun kebersamaan, memperkuat identitas iman, dan mempertahankan hubungan sosial yang positif.

Penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa aktivitas yang menggunakan musik religius dapat memberikan manfaat terhadap kondisi psikologis lansia. Novitasari dan Sudirman (2023) menemukan bahwa terapi musik religi berpengaruh terhadap penurunan tingkat stres pada lansia. Demikian pula, penelitian Hitiyaut et al. (2022) menunjukkan bahwa terapi musik rohani Kristen berkaitan dengan penurunan tingkat kecemasan pada lansia. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa musik religius dapat menjadi salah satu media yang mendukung aspek psikologis dan spiritual lansia.

Di Desa Paniaran, kegiatan ibadah telah dilaksanakan oleh Penyuluh Agama melalui pertemuan bimbingan rohani bagi kelompok lansia. Kegiatan tersebut menjadi ruang bagi lansia untuk berdoa, menyanyikan lagu-lagu rohani, mendengarkan firman Tuhan, dan membangun persekutuan. Namun, sejauh ini belum terdapat kajian yang secara khusus menganalisis pengaruh pelaksanaan ibadah oleh Penyuluh Agama terhadap peningkatan sukacita lansia di Desa Paniaran. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengkaji secara sistematis keterkaitan antara pelaksanaan ibadah dan sukacita lansia dalam konteks pelayanan penyuluhan agama.

Berdasarkan uraian tersebut, pelaksanaan ibadah oleh Penyuluh Agama dapat dipandang sebagai salah satu bentuk pelayanan spiritual yang berpotensi memberikan dukungan bagi kesejahteraan psikologis lansia. Melalui doa, nyanyian rohani, firman Tuhan, dan persekutuan, lansia memperoleh kesempatan untuk memperkuat iman, membangun relasi sosial, menemukan pengharapan, serta menghadapi berbagai perubahan kehidupan dengan lebih bermakna. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pelaksanaan ibadah oleh Penyuluh Agama terhadap sukacita lansia di Desa Paniaran, Kecamatan Siborongborong.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pelaksanaan Ibadah oleh Penyuluh Agama terhadap Sukacita Lansia di Desa Paniaran Kecamatan Siborongborong."

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan asosiatif atau korelasional. Menurut Sugiyono, penelitian asosiatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh ataupun hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui sejauh mana pengaruh pelaksanaan ibadah oleh penyuluh agama terhadap tingkat sukacita lansia.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain One Grup Pretest-Posttest Melalui desain ini, peneliti melakukan pengambilan data variabel bebas (pengaruh pelaksanaan ibadah) dan variabel terikat (sukacita lansia) dalam satu waktu yang sama melalui penyebaran instrumen penelitian kepada responden, tanpa adanya pemberian perlakuan (treatment) atau pemantauan perubahan dalam jangka waktu tertentu. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Paniaran, Kecamatan Siborong-borong, Kabupaten Tapanuli Utara, Provinsi Sumatera Utara. Adapun waktu penelitian diperkirakan berlangsung selama tiga bulan, terhitung mulai dari bulan Mei sampai dengan Juli 2026. Mengingat jumlah populasi yang terbatas dan relatif kecil, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Sampling Jenuh atau Total Sampling. Dengan demikian, seluruh anggota populasi yang berjumlah 17 orang tersebut dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Masalah-Masalah yang Dihadapi Lansia

Memasuki masa lanjut usia bukan hanya berkaitan dengan pertambahan usia, tetapi juga merupakan fase kehidupan yang ditandai oleh berbagai perubahan dan tantangan yang saling berkaitan. Perubahan tersebut dapat terjadi pada aspek fisik, ekonomi, psikologis, dan sosial. Menurut Bandiyah (2013), beberapa permasalahan yang umum dihadapi lansia dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Masalah Fisik: Masalah fisik berkaitan dengan penurunan fungsi organ tubuh yang terjadi seiring dengan proses penuaan. Lansia dapat mengalami penurunan daya tahan tubuh, mudah mengalami kelelahan, serta penurunan fungsi penglihatan dan pendengaran. Kondisi tersebut dapat membatasi aktivitas sehari-hari dan menyebabkan lansia merasa kurang berdaya dalam menjalankan berbagai kegiatan (Bandiyah, 2013).
2. Masalah Ekonomi: Masalah ekonomi dapat muncul ketika lansia mengalami penurunan kemampuan untuk bekerja atau tidak lagi memiliki penghasilan yang stabil. Kondisi tersebut dapat terjadi terutama pada lansia yang sebelumnya bekerja sebagai petani atau melakukan pekerjaan yang membutuhkan kekuatan fisik. Berkurangnya kemampuan bekerja dapat menyebabkan penurunan pendapatan dan menimbulkan kekhawatiran mengenai pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari (Bandiyah, 2013).
3. Masalah Psikologis: Masalah psikologis pada lansia dapat berupa penurunan daya ingat, kecemasan, kesepian, perasaan tidak berguna, serta kekhawatiran terhadap kematian. Perubahan kondisi fisik dan sosial yang dialami lansia dapat memengaruhi kondisi emosional dan cara mereka memandang dirinya sendiri. Apabila tidak memperoleh dukungan yang memadai, kondisi tersebut dapat mengurangi kesejahteraan psikologis lansia (Bandiyah, 2013).
4. Masalah Sosial: Masalah sosial berkaitan dengan berkurangnya keterlibatan lansia dalam kehidupan keluarga maupun masyarakat. Perubahan peran, keterbatasan aktivitas, serta kehilangan teman sebaya atau pasangan hidup dapat menyebabkan berkurangnya interaksi sosial. Keadaan tersebut dapat meningkatkan risiko kesepian dan membuat lansia merasa kurang memiliki ruang untuk berpartisipasi dalam kehidupan bersama (Bandiyah, 2013).

Karakteristik Sukacita pada Lansia

Sukacita pada lansia dapat dilihat melalui kemampuan seseorang menjalani kehidupan dengan pengharapan, ketangguhan, rasa syukur, dan penerimaan terhadap berbagai perubahan yang dialaminya. Sukacita tidak berarti bahwa lansia terbebas dari persoalan, melainkan menunjukkan kemampuan untuk tetap menemukan makna dan pengharapan di tengah keterbatasan kehidupan.

Optimisme ditunjukkan melalui kemampuan lansia untuk tetap memiliki pengharapan terhadap kehidupan yang dijalani. Lansia yang memiliki sikap optimis tidak hanya berfokus pada keterbatasan dan kehilangan yang dialami, tetapi juga mampu melihat kehidupan secara positif serta mempertahankan pengharapan akan masa depan dan kehidupan kekal. Ketangguhan merupakan kemampuan lansia untuk menghadapi berbagai tekanan, kehilangan, dan perubahan kehidupan serta berusaha bangkit dari pengalaman yang sulit. Ketangguhan dapat terlihat ketika lansia mampu menghadapi kehilangan pasangan hidup, penurunan kondisi fisik, maupun perubahan peran sosial tanpa kehilangan pengharapan dalam menjalani kehidupannya. Rasa syukur ditunjukkan melalui kemampuan lansia untuk menghargai dan menikmati hal-hal yang masih dimiliki dalam kehidupannya. Lansia yang memiliki rasa syukur tidak hanya berfokus pada sesuatu yang telah hilang, tetapi juga mampu melihat nilai positif dari keluarga, kesehatan yang masih dimiliki, hubungan sosial, komunitas, dan kesempatan untuk terus menjalani kehidupan.

Sukacita pada lansia juga memiliki keterkaitan dengan kehidupan spiritual. Aktivitas ibadah dapat menjadi salah satu sarana yang membantu lansia menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Melalui ibadah, terdapat beberapa aspek yang dapat mendukung terbentuknya sukacita dalam kehidupan lansia.

Doa dan firman Tuhan dapat menjadi sumber kekuatan bagi lansia dalam menghadapi tekanan kehidupan. Melalui doa, lansia dapat mengungkapkan pergumulan, kecemasan, dan harapan kepada Tuhan, sedangkan firman Tuhan dapat memberikan penguatan serta pengharapan dalam menghadapi persoalan fisik, ekonomi, maupun kehidupan keluarga. Persekutuan dalam ibadah memberikan kesempatan kepada lansia untuk berinteraksi dengan orang lain dan memperoleh dukungan sosial. Kehadiran dalam komunitas iman dapat membangun rasa memiliki (*sense of belonging*) sehingga lansia merasa diterima, dihargai, dan tidak menjalani kehidupannya seorang diri. Nyanyian rohani dapat menjadi sarana bagi lansia untuk mengekspresikan perasaan dan pengalaman batin. Melalui musik dan syair rohani, lansia dapat mengungkapkan kesedihan, rasa syukur, pengharapan, dan pengalaman iman. Aktivitas tersebut dapat memberikan ketenangan emosional sekaligus memperkuat sukacita dan pengharapan dalam menjalani kehidupan masa tua.

Diperoleh nilai signifikansi (Sig.) pada bagian Shapiro-Wilk untuk nilai Unstandardized Residual sebesar 0,411. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi yang ditentukan $0,411 > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa nilai residual dalam model regresi ini berdistribusi normal. Hal ini menunjukkan bahwa model regresi telah memenuhi salah satu asumsi klasik utama dan valid untuk digunakan dalam analisis pengaruh selanjutnya. Diketahui nilai signifikansi (Sig.) pada baris Deviation from Linearity untuk hubungan antara variabel X dengan variabel Y adalah sebesar 0,103. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi yang ditentukan ($0,103 > 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel X dan variabel Y. Hasil ini menunjukkan bahwa asumsi linearitas telah terpenuhi, sehingga data penelitian valid untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan model regresi linear.

Nilai koefisien korelasi Pearson (r) diperoleh sebesar 0,684. Nilai korelasi yang bernilai positif ini menunjukkan bahwa hubungan antara Pelaksanaan Ibadah Kelompok dengan Sukacita Lansia termasuk dalam kategori hubungan yang Kuat dan berbanding lurus, artinya semakin baik pelaksanaan ibadah kelompok, maka akan semakin meningkat pula sukacita yang dirasakan oleh lansia. Nilai t_{hitung} diperoleh sebesar 3,635. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan $df = N - 2 = 15$, yaitu sebesar 1,753. Karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3,635 > 1,753$) dan nilai signifikansinya jauh lebih kecil dari 0,05 ($0,002 < 0,05$), maka keputusan uji statistik menyatakan H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini membuktikan secara parsial bahwa Pelaksanaan Ibadah Kelompok berpengaruh nyata terhadap Sukacita Lansia. nilai R Square (koefisien determinasi) didapatkan sebesar 0,433. Nilai ini menunjukkan bahwa kontribusi pengaruh Pelaksanaan Ibadah Kelompok (X) terhadap Sukacita Lansia (Y) adalah sebesar 43,3%, sedangkan sisanya sebesar 56,7% ditentukan dan dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar cakupan model penelitian ini.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang kuat dan searah antara Variabel X dan Variabel Y. Hal ini dibuktikan melalui analisis korelasi *Pearson Product Moment* yang menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,684 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,002 ($0,002 < 0,05$).

Pengaruh Signifikan: Variabel X terbukti memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap Variabel Y. Berdasarkan hasil pengujian parsial (Uji t), diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 3,635 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($0,002 < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Kontribusi Pengaruh: Melalui analisis regresi linear sederhana, terbentuk persamaan $Y = -232 + 1,161X$ Berdasarkan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,468, kontribusi pengaruh yang diberikan oleh Variabel X terhadap Variabel Y adalah sebesar 46,8%. Sementara sisanya sebesar 53,2% dijelaskan oleh variabel lain di luar model penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandiyah, S. (2013). *Psikologi kesehatan: Keperawatan gerontik magister psikologi*. Nuha Medika.
- Bradshaw, M., Ellison, C. G., Fang, Q., & Mueller, C. (2014). Listening to religious music and mental health in later life. *The Gerontologist*, 54(6), 1021–1031.
- Hitiyaut, M., Hatuwe, E., & Latuihamallo, M. G. (2022). Pengaruh terapi musik rohani Kristen terhadap tingkat kecemasan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 15–20.
- Koenig, H. G. (2018). Religion and mental health: Research and clinical applications. *International Scholarly Research Notices*, 2018, 2787302.
- Levin, J. (2016). Prayer and mental health: A review of empirical studies. *Journal of Religion and Health*, 55(6), 1909–1930.
- Novitasari, R. F., & Sudirman, A. N. A. (2023). Pengaruh terapi musik religi terhadap penurunan tingkat stres pada lansia di Panti Werdha LKS LU Beringin Hutuo Limboto. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1).
- Park, C. L., & Edmondson, D. (2017). Religion and meaning in life: A systematic review. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 1–15.
- Santrock, J. W. (2016). *Life-span development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- World Health Organization. (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39.