

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain untuk berinteraksi dan merasa terhubung dengan dunia sekitar. Manusia tidak bisa dipisahkan dengan kehidupan sosial yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Hal ini sesuai dengan kebutuhan Maslow yang menyatakan bahwa manusia menginginkan keberadaannya diterima oleh kelompok sekitarnya (Rahmi, Hizriyani, dan Sopiah, 2022). Manusia perlu berinteraksi dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan sosialnya (Sunarya, 2022). Sayangnya, tidak semua individu dapat berinteraksi dengan secara bebas. Dalam kehidupan bermasyarakat, terdapat berbagai komunitas sosial yang terbentuk berdasarkan karakteristik tertentu, yang membuat kelompok tersebut eksklusif dan memiliki keunikan tersendiri dibandingkan kelompok lainnya. Kelompok sosial tersebut dapat ditemukan dalam konteks keagamaan seperti dalam komunitas katolik. Salah satu contohnya adalah kelompok di gereja katolik yang mengabsahkan hidupnya untuk Tuhan, biarawan dan biarawati (Karomi dkk., 2022).

Berdasarkan hukum Gereja, biarawan dan biarawati adalah individu yang secara sukarela mengikatkan diri mereka dengan tiga janji suci atau yang sering dikenal dengan kaul yaitu kaul kemurnian, kemiskinan, dan ketaatan (Sitorus, 2022). Kaul kemurnian berarti biarawan dan biarawati tidak diperbolehkan untuk menikah. Namun, kaul ini tidak membatasi untuk berinteraksi dengan orang lain. Kaul Kemiskinan berarti hanya memfokuskan pada hal-hal surgawi dan tidak terganggu dengan sifat duniawi seperti kekayaan. Sedangkan, Kaul Ketaatan berarti biarawan dan biarawati diharuskan taat akan ajaran-ajaran Kristus serta mewartakannya kepada orang-orang dengan perbuatan baik. Seseorang yang memilih jalan hidup kebiaraan harus mampu menjalani kehidupan komunal, menghayati ketiga kaul tersebut, dan menjadi saksi Kristus dalam kehidupan mereka (Jacobus, 1987; dalam Sitorus, 2022). Kehidupan membiara berarti tinggal

secara fisik dan rohani dalam komunitas religius khusus dalam biara atau tempat tinggal yang telah disediakan.

Setiap komunitas memiliki tata cara dan konstitusi masing-masing sesuai dengan nilai dari komunitas tersebut, sebagai contoh berdasarkan situs resmi komunitas atau *Ordo Fratrum Minorum* (OFM), biarawan biarawati selain menghidupi tiga kaul utama juga hidup sesuai gaya hidup Santo Fransiskus, salah satu tokoh suci yang telah secara resmi diakui gereja. Dalam kesehariannya, biarawan biarawati memiliki jadwal terstruktur yang menyesuaikan komunitas masing-masing, hidup dengan sederhana, mengikuti aturan dari komunitas, serta melakukan pelayanan sesuai visi dan misi komunitas. Pada *Ordo Fratrum Minorum* (OFM), biarawan biarawati ini dikenal karena kasih mereka yang mendalam kepada orang miskin dan berfokus pada pendidikan dengan mendirikan Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara Jakarta dan Yayasan Santo Fransiskus yang memiliki 7 unit sekolah. Berdasarkan pemaparan mengenai cara hidup biarawan dan biarawati, kelompok ini memiliki tugas dan keseharian yang berbeda dari masyarakat umum membentuk gaya hidup mereka yang khas, yaitu lebih banyak tinggal di dalam biara mereka sendiri untuk berdoa dan melakukan kegiatan rohani.

Kehidupan di dalam biara sering dipandang oleh masyarakat umum sebagai kehidupan yang terisolasi. Biarawan dan biarawati tinggal di lingkungan yang relatif tertutup, terpisah dari keluarga asal mereka, dan memiliki koneksi yang lebih terbatas dengan dunia luar. Ruang lingkup interaksi sosial yang lebih sempit menjadi tantangan tersendiri dalam kehidupan membiara. Mereka meninggalkan kemungkinan membangun keluarga sendiri dan harus melepaskan banyak hubungan sosial yang dulu menjadi bagian dari kehidupan mereka sebelum memasuki biara. Isolasi fisik yang dialami para biarawan dan biarawati menciptakan kondisi yang dapat mempertajam perasaan kesepian. Hidup di balik dinding biara berarti kurangnya koneksi dari dunia luar, dari perkembangan zaman, dan dari dinamika sosial yang umumnya menjadi bagian integral kehidupan manusia. Menurut Schnabel & Koval (1979), kesepian serius pada imam Katolik Roma berkorelasi signifikan dengan defisit dalam hubungan bermakna dan jaringan sosial.

Kesepian menyangkut pengalaman subjektif dari situasi yang dialami individu, yang dicirikan oleh sejumlah hubungan dengan teman dan kolega yang lebih kecil dari yang dianggap diinginkan (kesepian sosial), serta situasi di mana keintiman dalam hubungan yang diharapkan tidak terwujud (kesepian emosional) (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2010). Ketidaksesuaian ini berkaitan dengan jumlah hubungan, frekuensi kontak, keintiman, atau kualitas hubungan (Dahlberg dkk., 2022). Kesepian juga dapat diartikan sebagai respons psikologis negatif karena kurangnya kualitas hubungan sosial tertentu (Perlman & Peplau, 1981). Berdasarkan definisi ahli di atas, kesepian merupakan perasaan yang dialami oleh individu ketika kualitas hubungannya dengan orang lain tidak sesuai dengan ekspektasinya.

Kesepian adalah salah satu fenomena yang sangat umum terjadi pada orang dewasa dan dapat terjadi kepada siapapun tanpa memandang karakteristik demografi seseorang seperti jenis kelamin, usia, dan tingkat sosial (Weiss, 1973). Fenomena ini tidak mengenal batas-batas sosial dan menyentuh kehidupan individu dari berbagai latar belakang dengan cara yang unik, tetapi universal. Kesepian juga dialami oleh sebagian besar masyarakat di berbagai negara (Surkalim dkk., 2022), menciptakan tantangan psikologis yang melampaui batasan geografis dan budaya. Data menunjukkan bahwa sepertiga dari populasi di negara-negara industri mengalami kesepian, yang berarti satu dari 12 orang mengalami kesepian pada tingkat yang bermasalah dan memerlukan perhatian serius (Cacioppo & Cacioppo, 2018). Hal ini menjadikan kesepian sebagai isu kesehatan mental dan sosial yang signifikan dalam masyarakat modern, dengan dampak yang sering kali tersembunyi tetapi mendalam terhadap kesejahteraan individu.

Kesepian dapat menjadi masalah serius yang berdampak pada kesehatan fisik dan mental. Berbagai penelitian menunjukkan kesepian menurunkan kekebalan tubuh melalui peningkatan hormon kortisol (Wang dkk., 2018; Shankar, 2023; Yanguas, 2018), menyebabkan penurunan kognitif (Lara dkk., 2019), dan mengganggu kualitas tidur yang berisiko menimbulkan penyakit (Smith, 2012). Dalam aspek kesehatan mental, kesepian berkaitan dengan stres dan kecemasan (Beutel dkk., 2017; Cacioppo dkk., 2006), gejala depresi (Courtin & Knapp, 2017; Erzen & Çikrikci, 2018), bahkan perilaku bunuh diri (Shoib dkk., 2023; Iwasawa

dkk., 2025). Dengan demikian, kesepian berdampak signifikan terhadap kondisi kesehatan seseorang secara menyeluruh.

Kesepian memiliki potensi besar untuk dirasakan oleh orang-orang yang lajang (Adamczyk, 2015). Menurut Dahlberg (2021), resiko kesepian pada perempuan yang ditinggalkan pasangannya lebih tinggi dibandingkan yang tidak ditinggalkan. Kehilangan pasangan bisa berarti bercerai, berpisah, atau ditinggal karena meninggal. Kehilangan teman dekat juga dapat meningkatkan resiko kesepian pada orang-orang yang memilih untuk hidup sendiri dan tidak menikah.

Kesepian dapat terjadi pada siapa saja termasuk biarawan dan biarawati. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor terutama gaya hidup biarawan dan biarawati yang memiliki cara tersendiri dan berbeda dari orang sekitar seperti tidak diperbolehkan untuk menikah atau hidup selibat yang memungkinkan resiko lebih besar untuk mengalami kesepian. Berdasarkan *Website Monastic Experience*, komunitas religius yang berakar pada tradisi kuno seperti komunitas Benediktin difokuskan untuk hidup berkontemplasi. Hidup kontemplasi berarti hidup dengan doa tenang hanya kepada Allah. Menurut Santa Theresa dari Avilla, salah satu orang kudus yang diakui gereja, doa kontemplatif tidak lain adalah berbagi keintiman antara sahabat (Sinaga, 2023). Hidup kontemplasi berarti biarawan dan biarawati tinggal di biara, mengikuti irama doa, dan kerja yang berpusat pada Liturgi Ibadat Harian. Kehidupan biara sering kali bersifat tertutup, artinya melibatkan tingkat pengasingan dari dunia luar untuk lebih berfokus pada doa dan pertumbuhan rohani. Gaya hidup yang berbeda dengan masyarakat umum terlebih pada terbatasnya interaksi biarawan dan biarawati terhadap dunia luar dapat menimbulkan resiko kesepian. Berdasarkan wawancara dengan salah satu biarawan, dalam menjalani kehidupan sebagai biarawan dan biarawati terdapat aturan intensitas penggunaan ponsel yang ketat sehingga pertemanan dalam dunia maya berkurang. Hal ini juga menjadi salah satu penyebab kurangnya interaksi dengan dunia luar.

Biarawan dan biarawati memiliki keterbatasan dalam hal interaksi sosial seperti pembatasan komunikasi dengan lawan jenis, isolasi dari kehidupan keluarga, dan pengurangan kontak dengan dunia luar secara umum. Hal ini dapat menyebabkan kesepian yang mendalam dan tantangan psikologis yang signifikan

dalam perjalanan spiritual mereka. Kehidupan monastik yang dipilih oleh para biarawan dan biarawati memang mengharuskan mereka untuk menjauhkan diri dari berbagai bentuk interaksi sosial yang umumnya dinikmati oleh masyarakat awam. Mereka terikat oleh kaul kemurnian yang membatasi hubungan romantis dan seksual, serta seringkali hidup dalam komunitas yang terpisah berdasarkan gender. Rutinitas harian yang berpusat pada doa, meditasi, dan pelayanan keagamaan membuat mereka memiliki sedikit waktu untuk bersosialisasi secara bebas, bahkan dengan sesama anggota komunitas monastik.

Tidak semua komunitas biarawan dan biarawati berfokus pada kontemplasi, beberapa komunitas seperti OFM juga berfokus pada membantu sesama yang telah diatur oleh komunitas. Hal ini berarti, biarawan biarawati tidak memiliki kebebasan dalam hal berinteraksi karena terdapat faktor regulasi dari komunitas walaupun tetap berhubungan dengan orang-orang di sekitar. Di tengah panggilan hidup yang mulia, para biarawan dan biarawati yang mengabdikan diri sepenuhnya untuk Tuhan dan sesama terkadang menghadapi tantangan batin yang tidak terlihat dari luar seperti stres karena kegagalan beradaptasi dengan kehidupan baru sebagai biarawan dan biarawati (Kristianto & Pramudito, 2021). Keterbatasan ini dapat menimbulkan perasaan terisolasi, terutama bagi mereka yang sebelumnya terbiasa dengan kehidupan sosial yang aktif. Tidak adanya dukungan emosional dari hubungan keluarga yang intim atau persahabatan yang mendalam dapat memicu krisis identitas dan pertanyaan mendasar tentang pilihan hidup mereka. Beberapa mungkin mengalami periode keraguan spiritual atau bahkan depresi karena kurangnya koneksi manusiawi yang bermakna.

Perasaan kesepian yang mungkin dirasakan oleh orang-orang dapat dikurangi dengan religiusitas. Berbagai penelitian menunjukkan hubungan positif antara spiritualitas/religiusitas dengan kesehatan mental, khususnya dalam melindungi individu dari kesepian. Beberapa studi menemukan bahwa orang yang memiliki hubungan spiritual yang kuat cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Penelitian Kirkpatrick & Shaver (1992) mengungkapkan bahwa individu yang menganggap hubungan mereka dengan Tuhan sebagai "keterikatan yang aman" memiliki kepuasan hidup lebih tinggi dan kesepian lebih rendah. Religiusitas berperan sebagai pelindung psikologis yang

membantu mengurangi pengaruh buruk kesepian terhadap kesejahteraan hidup (Muhammad dkk., 2023). Agama dianggap sebagai unsur penting dalam kepuasan hidup, terutama karena hubungan sosial yang dibangun dalam jemaat agama dan difasilitasi oleh kehadiran dalam ibadah keagamaan di jemaat tersebut (Gemar, 2024).

Religiusitas berarti mengacu pada beragam kewajiban atau aturan yang menjadi keharusan untuk dilakukan oleh seseorang dengan tujuan mengikat dan meneguhkan hubungannya dengan Tuhan, sesama manusia, dan juga lingkungan sekitar (Sridayani, 2018). Menurut Aviyah & Farid (2014), religiusitas adalah internalisasi nilai-nilai agama dalam diri seseorang. Internalisasi di sini berkaitan dengan kepercayaan terhadap ajaran-ajaran agama baik di dalam hati maupun dalam ucapan. Kepercayaan ini kemudian diaktualisasikan dalam perbuatan dan tingkah laku sehari-hari.

Religiusitas sebagai bentuk hubungan mendalam seseorang dengan Tuhan dan praktik keagamaan, seringkali menjadi pedoman hidup berbagai kelompok individu. Compton (2005) mengemukakan bahwa religiusitas merupakan komponen esensial dalam kesejahteraan mental manusia dan berfungsi sebagai faktor pelindung yang berperan dalam pencegahan berbagai permasalahan pada tingkat individual maupun sosial. Biarawan dan biarawati merupakan rohaniwan dalam agama Katolik. Hal ini berarti biarawan dan biarawati memiliki kehidupan spiritual yang kuat sehingga mengaplikasikan nilai-nilai religius dalam hidupnya. Salah satu janji atau kaul yang diucapkan oleh biarawan dan biarawati adalah janji ketaatan. Berdasarkan Kitab Hukum Kanonik, janji ketaatan yang dimaksud berarti biarawan harus mengikuti pada otoritas yang ada di dalam Gereja Katolik. Biarawan dan biarawati diharapkan mampu mendedikasikan hidupnya untukewartakan Injil dengan semangat iman serta cinta kasih yang ditunjukkan oleh Tuhan Yesus Kristus yang taat sampai mati di kayu salib. Biarawan dan biarawati memiliki tugas untuk mengikuti pemimpin Gereja Katolik yang telah dipilih dan kebijakannya sejalan dengan hukum Allah.

Interaksi lekat antara biarawan dan biarawati dengan kehidupan keagamaan mengarahkan pada dugaan bahwa biarawan dan biarawati dapat terproteksi dari risiko kesepian. Hal tersebut kemudian terkonfirmasi pada hasil wawancara peneliti

dengan salah satu biarawan, yang mana biarawan tersebut melaporkan bahwa kedekatan rohaninya dengan Tuhan mampu memberikan pengalaman yang membuat biarawan hanya fokus pada Tuhan. Selain itu, komunitas biarawan-biarawati juga memiliki banyak kegiatan yang mampu membuat mereka tetap bersosialisasi dengan orang-orang sekitar walaupun sebagian besar waktunya berada di biara untuk berdoa.

Religiusitas menjadi proteksi bagi biarawan-biarawati untuk tidak mengasihani diri dan fokus pada kesepian, tetapi sebagai kekuatan untuk fokus pada hal-hal ke-Allah-an. Religiusitas memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan (Maisaroh, & Falah, 2011). Djarir (2004) menyatakan bahwa religiusitas berperan sangat baik dalam mengatasi kesepian. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh (Muhammad dkk., 2023), ditemukan bahwa religiusitas, spiritualitas, dan partisipasi keagamaan memoderasi hubungan antara kesepian. Dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rahmi, dkk (2015) menyatakan bahwa tingkat religiusitas seseorang memiliki hubungan terbalik dengan perasaan kesepian yang dialami oleh para lanjut usia. Sementara Kelly (2021) menemukan bahwa pengabdian kepada Tuhan memiliki efek penyembuhan terhadap kesepian. Penelitian di atas menunjukkan adanya hubungan antara religiusitas dan kesepian. Hasil penelitian longitudinal di mana agama dan kesepian dibahas mengungkapkan bahwa keterlibatan agama individu mengurangi kesepian mereka (Upenieks, 2023). Tidak hanya penelitian kuantitatif, berdasarkan hasil penelitian kualitatif yang memberikan kajian mendalam terhadap subjek penelitian menunjukkan bahwa religiusitas melindungi individu dari kesepian (Ciobanu dan Fokkema, 2017).

Namun, dalam penelitian yang dilakukan oleh Afdhaluddin & Fikrie (2024) menyatakan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dan kesepian. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Urip & French (2016) yang menemukan tidak ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dan kesepian pada remaja Indonesia. Berdasarkan studi longitudinal yang dilakukan oleh Mohsen Joshanloo (2024) menemukan bahwa perubahan dalam tingkat religiusitas tidak berhubungan dengan perubahan dalam kesejahteraan psikologis individu dari waktu ke waktu. Gemar (2024) menyatakan bahwa hubungan antara religiusitas dengan kesepian tidak sederhana, spiritualitas tidak selalu dapat

mengurangi kesepian pada individu ketika faktor-faktor lain diperhitungkan seperti tempat ibadah, jenis kesepian yang dialami, dan faktor lainnya di luar agama. Hal ini membentuk inkonsistensi dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa religiusitas berhubungan dengan kesepian. Ada kesenjangan antara hasil dari penelitian terdahulu.

Dalam penelitian Motta dan Larkin (2023), salah satu partisipan menggambarkan kesepian sebagai suatu bentuk kehilangan, khususnya kehilangan rasa memiliki tempat di dunia, pemahaman terhadap diri sendiri, dan hubungan yang bermakna dengan orang lain. Gambaran ini dianggap mewakili pengalaman emosional sebagian besar responden dalam studi tersebut. Namun demikian, tidak semua tekanan emosional yang dialami partisipan diartikan sebagai kesepian. Sebagai contoh, ada partisipan yang merasa tertekan saat mendampingi teman yang sedang dalam kondisi rentan dan ada pula yang menghadapi tantangan saat berinteraksi dengan siswa yang sulit ditangani. Walaupun mengalami tekanan psikologis, para partisipan ini tidak melaporkan perasaan kesepian. Temuan ini menunjukkan bahwa kesepian tidak selalu muncul karena adanya kesulitan emosional, melainkan lebih berkaitan dengan perasaan keterputusan dan tidak adanya makna dalam hubungan sosial. Dengan demikian, pengalaman kesepian lebih erat kaitannya dengan hilangnya rasa bahwa diri sendiri penting dan dibutuhkan oleh orang lain. Pandangan ini sejalan dengan penelitian Rokach (2019), yang menegaskan bahwa kesepian tidak hanya soal keterpisahan fisik, tetapi lebih kepada perasaan tidak dianggap dan tidak memiliki arti dalam hubungan sosial. Dalam konteks ini, konsep *mattering* yaitu keyakinan bahwa diri sendiri memiliki arti bagi orang lain dan memiliki peran penting dalam menentukan apakah seseorang merasa kesepian atau tidak.

Mattering merupakan perasaan dihargai dan memiliki arti penting bagi orang lain (Fleet, 2021). Konsep *mattering* ini memang menjadi penting dalam psikologi sosial dan kesejahteraan psikologis karena berkaitan dengan bagaimana seseorang merasa dirinya berarti dan penting dalam konteks sosialnya. *Mattering* juga memiliki hubungan dengan kesepian. Individu yang merasa dirinya penting atau bermakna bagi orang-orang di sekitarnya cenderung mengalami tingkat kesepian yang lebih rendah (Halim & Dariyo, 2016). Konsep *mattering* dapat

diartikan sebagai persepsi individu bahwa keberadaannya dianggap signifikan oleh orang lain, di mana individu tersebut merasa bahwa orang lain mengandalkan dirinya, menunjukkan ketertarikan terhadapnya, serta memperhatikan kondisi dan pengalaman hidupnya (Rosenberg & McCullough, 1981).

Ketika seseorang mengalami defisit *mattering* atau merasa dirinya tidak dianggap penting, tidak menjadi perhatian, atau tidak mendapatkan kepedulian dari orang lain berpeluang mengalami kesepian sebagai konsekuensinya. Salah satu pernyataan dari seorang biarawan dalam hasil wawancara menunjukkan bahwa kehidupannya dalam membiara justru tidak membuatnya merasa kesepian. Fokus pada tugas-tugas kerohanian, seperti membimbing kelompok remaja Katolik, serta kesempatan untuk tetap bersosialisasi dengan orang sekitar, memberikan rasa keterhubungan dan makna bagi dirinya. Keterlibatan aktif dalam kegiatan yang bermakna ini berkaitan dengan konsep *mattering*, yakni perasaan bahwa diri sendiri penting dan dibutuhkan oleh orang lain. Dengan memiliki peran sosial yang diakui, biarawan tersebut mempertahankan rasa kebermaknaan relasional, yang menurut Rokach (2019), menjadi kunci dalam mencegah kesepian meskipun secara fisik hidup dalam komunitas yang relatif tertutup

Fleet, dkk., (2016) yang menemukan adanya hubungan yang kuat antara *mattering* dan kesepian. Penelitian oleh MacDonald, Kumar, dan Schermer (2020) mendukung gagasan ini dengan menunjukkan bahwa perasaan tidak dianggap penting oleh orang lain (*anti-mattering*) memiliki hubungan yang kuat dengan kesepian. Penelitian lainnya yang dilakukan Mc Comb dan rekan (2020) juga menemukan bahwa perasaan rendah akan *general mattering* dan *mattering* terhadap teman sebaya dikaitkan dengan perasaan *state lonely* yang lebih besar di antara wanita muda. Secara khusus, Flett dan Zangeneh (2020) menggambarkan kerentanan terhadap rasa sakit psikologis dari orang-orang yang sendirian dan merasa tidak penting, bahwa hidup mereka kurang berarti. Dengan demikian, seseorang mungkin tetap merasa kesepian meskipun berada di tengah banyak orang, jika ia merasa dirinya tidak berarti atau tidak dibutuhkan. Hal ini sejalan dengan konsep *mattering*, di mana keyakinan bahwa diri sendiri memiliki arti bagi orang lain berperan penting dalam menjaga kesehatan mental dan mencegah kesepian.

Berdasarkan hal ini terdapat indikasi bahwa *mattering* dan kesepian saling berkaitan secara negatif.

Dinamika antara *mattering* dan kesepian sangat layak dieksplorasi lebih dalam, khususnya pada kelompok dengan budaya kolektivisme yang kuat seperti di Indonesia. Nilai kolektivisme menjadi suatu hal yang berharga di Indonesia, terutama dengan penekanan pada kepentingan komunitas, kepentingan bersama, dan harmonisasi relasi sosial (Purwanto, 2019). Hal ini terlihat dari kecenderungan masyarakat Indonesia yang senang menjalin relasi secara berkelompok, seperti dalam bentuk paguyuban. Hal ini juga dikenal dengan pepatah “*Mangan Ora Mangan Sing Penting Kumpul*” yang berasal dari bahasa Jawa dan sering digunakan, makna dari pepatah tersebut adalah kebersamaan dari masyarakat Indonesia yang mementingkan hubungan sosial atau interaksi antar masyarakat. Bagi masyarakat Indonesia, menjadi bagian dari kelompok, mendapatkan penerimaan sosial, dan dianggap bermakna oleh lingkungan merupakan aspek yang sangat dihargai (Purwanto, 2019). Biarawan dan Biarawati yang merupakan kelompok eksklusif berbasis keagamaan dengan pola hidup membiara sering dipersepsikan memiliki tingkat kesehatan mental yang lebih tinggi karena hanya memfokuskan hidup untuk Tuhan serta kehidupan yang tidak terekspos secara luas. Hal ini membuat kelompok tersebut jarang teliti dari segi konstruk yang negatif seperti kesepian. Penelitian yang jarang ditemukan membuat peneliti ingin menganalisis lebih jauh mengenai kelompok tersebut.

Biarawan dan biarawati juga memiliki karakteristik khas dengan kehidupan sosial yang terbatas karena hidup terisolasi. Kondisi tersebut berisiko menimbulkan isu kesepian sebagai salah satu masalah kesehatan mental. Namun di sisi lain, biarawan dan biarawati telah merelakan dirinya mengabdikan kepada Tuhan, yang artinya fokus kehidupannya memang hanya diberikan untuk kepentingan Tuhan dan membantu sesama serta tetap memiliki kesempatan berinteraksi dengan orang lain seperti sesama biarawan, umat, dan lainnya meskipun tidak sebebaskan orang lain pada umumnya. Selain itu, biarawan dan biarawati yang memang sudah memutuskan mengabdikan diri kepada kegiatan keagamaan sesuai keyakinan yang dianutnya juga dapat memberikan rasa berharga pada dirinya, yang pada akhirnya dapat menjadi faktor protektif dari risiko kesepian.

Religiusitas sebagai penopang dasar dari keyakinan akan agama juga berpeluang berkontribusi terhadap kemunculan dari masalah kesepian. Pelaksanaan kegiatan dalam pembiaraan yang melibatkan masyarakat lain yang berupa pengabdian kepada orang yang membutuhkan dengan bidang sesuai komunitas masing-masing juga dapat membuat biarawan dan biarawati merasa penting. Perasaan bahwa diri sendiri penting yang berelasi negatif dengan kesepian berarti adanya *mattering* dapat mengurangi kesepian yang berpotensi dirasakan oleh biarawan dan biarawati yang memiliki koneksi lebih sedikit dari masyarakat umum. Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan di atas hasil studi pendahuluan mengenai kesepian pada biarawan dan biarawati, adanya kesenjangan, keterbatasan penelitian yang ada, peneliti meyakini perlunya dilakukan penelitian ini dengan judul “Pengaruh Religiusitas dan *Mattering* terhadap Kesepian pada Biarawan dan Biarawati”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang hendak diteliti, yakni:

1. Manusia membutuhkan interaksi dengan orang sekitar, tetapi biarawan dan biarawati dalam menjalankan pengabdian kepada Allah membatasi interaksi sosial karena keharusan untuk membiara dan berdoa secara terus menerus.
2. Interaksi yang terbatas dapat berpotensi menyebabkan kesepian pada biarawan dan biarawati
3. Kecintaan akan Allah dan kedekatan secara rohani atau religiusitas yang dimiliki biarawan dan biarawati membuat mereka secara sadar memilih hidup bakti sebagai tujuan hidup
4. Adanya kebutuhan untuk terlibat dan berkontribusi pada masyarakat atau *mattering* dengan menjadi biarawan-biarawati juga menjadi salah satu faktor yang membuat perasaan kesepian yang mereka alami tergantikan.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang sudah dipaparkan, diperlukan adanya pembatasan masalah agar penelitian mendapatkan hasil yang terarah dan spesifik. Maka dari itu, fokus utama dari penelitian adalah untuk meneliti pengaruh religiusitas dan *mattering* terhadap kesepian pada biarawan dan biarawati

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang sudah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan berikut, yaitu apakah terdapat pengaruh religiusitas dan *mattering* terhadap kesepian pada biarawan dan biarawati?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh religiusitas dan *mattering* terhadap kesepian pada biarawan dan biarawati

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penemuan yang dihasilkan dari penelitian ini dapat dijadikan wawasan baru maupun penambahan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, baik untuk Biarawan dan biarawati maupun khalayak umum mengenai religiusitas, *mattering*, dan kesepian.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Penelitian Selanjutnya.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan serta referensi bagi penelitian selanjutnya yang meneliti mengenai religiusitas dan *mattering* serta pengaruhnya terhadap kesepian

1.6.2.2. Bagi Biarawan Biarawati

Penelitian ini diharapkan menjadi bacaan serta referensi bagi Biarawan dan biarawati yang ingin meregulasi kesepian yang dirasakan dengan religiusitas dan *mattering*

1.6.2.3 Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini diharapkan menjadi bacaan serta referensi bagi masyarakat umum yang ingin memperkaya wawasan mengenai religiusitas, *mattering*, serta kesepian terhadap kelompok keagamaan yaitu biarawan dan biarawati

