

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Lansia merupakan tahapan perkembangan manusia usia 60 tahun ke atas, dimana pada tahap tersebut manusia telah mengalami penurunan fungsi-fungsi fisik maupun psikologis. Menurut Ratnawati (2011) lanjut usia merupakan individu yang berumur 62-84 tahun atau telah mencapai usia 60-an dan diperluas sampai sekitar usia 120 tahun dan tidak mampu dalam mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Pada periode ini akan terjadi perubahan fisik dan psikologis maupun kondisi sosial yaitu dalam hubungan dengan orang lain. Papalia, Olds, dan Feldman (2008) menjelaskan bahwa usia lanjut dibagi menjadi tiga kelompok, pertama *young old* yang berusia 65-74 tahun dimana kelompok usia ini lansia masih aktif, penuh perhatian dan semangat. Kedua *old-old* yaitu berusia 75-84 tahun, dan ketiga *oldest-old* yaitu individu yang berusia 85 tahun atau lebih. Umumnya lansia dengan rentang usia lebih dari 85 memiliki fisik lemah dan sulit untuk mengatur aktivitas sehari-hari.

Hurlock (1991) mengatakan usia lanjut sering disebut *senescence* yaitu suatu periode dari rentang kehidupan yang ditandai dengan perubahan atau penurunan fungsi tubuh, biasanya mulai pada usia yang berbeda untuk individu yang berbeda. Perubahan fisik yang terjadi pada usia lanjut ditandai dengan berubahnya warna rambut menjadi putih, kulit yang mulai mengendur dan menjadi keriput, gigi mulai ompong, tidak lincah dan mudah lelah, serta fungsi penglihatan yang mulai menurun, keadaan motorik yang melemah, dan menurunnya tingkat

kesehatan lainnya, sejalan dengan bertambahnya umur seseorang maka kondisi fisik maupun non fisik akan mengalami penurunan akibat dari proses alamiah penuaan (Maryam, dkk., 2011).

Berdasarkan hasil survey BPS (dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2014) bahwa peningkatan jumlah presentase usia lanjut terjadi setiap tahunnya, tercatat tahun 2000 jumlah usia lanjut di Indonesia sebanyak 7,18% dan mengalami peningkatan sebesar 9,77% pada tahun 2010, sehingga Kemenkes menambahkan data proyeksi untuk tahun 2020 dengan prediksi peningkatan usia lanjut sebesar 11,34%. Secara khusus, jumlah peningkatan usia lanjut tersebut juga terjadi di kota Surakarta yang mengalami peningkatan dari tahun 2000 sampai tahun 2014. Tahun 2000 jumlah presentase usia lanjut sebesar 4,52%, meningkat menjadi 9% di tahun 2010, kemudian pada tahun 2011 meningkat lagi menjadi 9,28% dan pada tahun 2014, presentase usia lanjut menjadi 9,72% (BPS, 2014).

Adapun fenomena yang terjadi pada lansia, lansia mengalami ketelantaran di Indonesia terdapat 2,8 juta lansia (Suryani, 2014). Kasus yang terjadi pada lanjut usia terkait penelantaran yang semakin meningkat, membuat lansia mengalami pengucilan, deskriminasi, dan tidak adanya dukungan dari keluarga, ditambah dengan tempat tinggal yang kurang layak merupakan bagian dari masalah sosial yang dialami (Akbar, 2015). Lansia merupakan seseorang yang berhak atas penghormatan, hubungan penghormatan dapat dilakukan dengan lebih sopan, dengan adanya komunikasi yang terjalin di dalam keluarga dengan hangat dan tidak canggung antara lansia dengan anak-anaknya yang lebih muda dirumah.

Permasalahan lain yang dialami lanjut usia yaitu permasalahan psikologis. Para lanjut usia tidak bisa menyesuaikan dirinya dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, salah satunya karena telah memasuki masa pensiun. Ada persepsi negatif dari masyarakat bahwa orang yang berusia lanjut dianggap kurang berkontribusi, tidak produktif lagi, sakit-sakitan, dan lain-lain. Menurut Suardiman (2016) lanjut usia pasti akan dialami semua orang yang dikaruniai umur panjang, karena terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun. Hurlock (1991) menjelaskan bahwa lansia ialah masa akhir kehidupan dimana masa ini seseorang dikatakan bertambah tua dari masa sebelumnya yang lebih merasakan kesenangan sehingga sekarang ke masa yang lebih menjalani hal yang bermanfaat.

Menurut Suardiman (2016) masalah psikologi yang dialami lansia dapat berupa kesepian, terasing dari lingkungan, ketidakberdayaan, perasaan tidak berguna, membuat seorang lansia kurang percaya diri, sehingga ketergantungan, dan mengalami ketelantaran berdampak pada lansia yang miskin. Dari masalah psikologi tersebut menurunnya kebahagiaan lansia bermasalah pada kesehatan fisik dan psikis yang terjadi, sejalan dengan menurunnya kebahagiaan lansia menimbulkan permasalahan psikologi yaitu depresi dan gangguan emosional menurut (Zulfiana, 2014).

Menurut Zulfiana (2014) di usia senja, seorang lansia sangat membutuhkan perhatian dari orang terdekatnya karena itu akan membuatnya merasa dihargai sebab, diusia senja ini kemauan yang diinginkannya harus tercapai agar lansia tidak merasa sendiri, karena perasaan tersisihkan membuat berkurangnya rasa bahagia. Amalia (2017) mengatakan bahwa masa perkembangan di usia 60 ke atas

merupakan tahap akhir usia perkembangan manusia dimana pada tahap ini individu mengalami berbagai perubahan fisik dan psikologisnya. Uraningsari & Djalali (2016) mengatakan perubahan tersebut diantaranya adalah usia lanjut yang memiliki penyakit tidak dapat menikmati hidupnya dengan baik, hal ini membuat kebahagiaannya menurun, sehingga lansia mengalami gangguan fisik dan psikis, karena kepuasan hidupnya tidak terpenuhi lagi karena tidak semua individu bisa menerima keadaan seperti tersebut.

Memasuki lanjut usia, bukanlah hal mudah yang dapat diterima oleh seseorang dengan perubahan, penurunan dan permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang terjadi pada lanjut usia terkait dengan masalah ekonomi, kesehatan, sosial, psikologis, *post power syndrome*, ketidakberdayaan, ketidakbergunaan, dan ketidakbahagiaan (Pornamasari, 2016). Kebahagiaan akan meningkat ketika lansia mendapatkan pelayanan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia yang lebih baik, dan faktor terbesar dalam lansia yang dapat meningkatkan kualitas hidupnya yaitu mereka membutuhkan perhatian dan penanganan khusus dalam memenuhi kesejahteraannya (Suardiman, 2016).

Seorang lansia melakukan berbagai kegiatan sesuai dengan kemampuannya sebagai perwujudan bahwa lansia tetap aktif dan berkarya, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi kehidupan sekitarnya, sehingga membuat orang disekitarnya menganggap lansia tetap baik-baik saja menurut (Hurlock, 1991). Sebab diusia yang semakin tua lansia banyak mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung, perasaan ini membuat masalah jiwanya terganggu karna merasa tersisihkan dan tidak diperhatikan

(Maryam dkk., 2008). Pada fase kehidupan ini seorang lansia pastilah ingin meraih kebahagiaan, dimana kebahagiaan individu khususnya pada masa lansia dapat tercapai oleh keadaan kesehatan yang baik, dukungan sosial dari lingkungan, aktivitas rutin yang dilakukan, dan faktor spiritualitas. Tiap-tiap orang memiliki intensitas kebahagiaan yang berbeda-beda pula (Amalia, Ulfa, dan Aprianto, 2014)

Menurut Wenas, Opod, Pali (2015) kebahagiaan merupakan keadaan gembira dalam kehidupan tanpa melihat batas usia seseorang. Kebahagiaan merupakan sebangkah perasaan yang dapat dirasakan berupa perasaan senang, tenang, dan memiliki kedamaian. Menurut Hurlock (1991) kebahagiaan ialah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu seorang terpenuhi.

Menurut Argyl dan Lu (1990) aspek-aspek kebahagiaan adalah: (1) frekuensi munculnya perasaan positif. Perasaan positif muncul karena adanya kesenangan atau kegembiraan mencakup perhatian dengan keadaan psikis, puas dengan diri sendiri, bersenang-senang dengan yang lain, merasa senang, membuat keputusan dengan mudah. Perasaan yang positif menghadirkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan Tindakan, (2) tidak adanya pengaruh negative. Pengaruh negatif menggambarkan pengalaman utama dari situasi atau kejadian buruk yang pernah terjadi dalam kehidupan manusia di masa lalu, sehingga dapat mempengaruhi penilaian individu akan kesejahteraan subjektifnya. Dengan mengetahui reaksi yang dialami individu, lansia dapat memperoleh pemahaman tentang cara menilai kondisi dan peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. Lansia dikatakan bahagia jika lansia jarang mengalami efek

negatif. Pengaruh positif atau negatif dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Individu yang mendapat pengaruh positif tentunya akan lebih dapat merasakan kebahagiaan daripada individu yang mendapat pengaruh negative, dan (3) kepuasan hidup secara menyeluruh. Kepuasan hidup adalah suatu kondisi yang bersifat khas pada orang yang memiliki semangat hidup dan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan berbagai perubahan kondisi di dalam diri maupun kondisi lingkungannya. Kepuasan hidup mencakup seperti puas terhadap hidup yang sedang dijalani, hidup yang bermanfaat, ramah terhadap orang lain, tertarik pada orang lain, optimis, menemukan sesuatu yang indah, hidup mempunyai makna dan tujuan.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 14 Juni 2019 pada 10 orang Lansia. Berdasarkan hasil wawancara, ada 6 lansia yang tidak bahagia. Pada aspek frekuensi munculnya perasaan positif masih rendah karena adanya kesenjangan sosial dengan bertambahnya umur pada lansia dan juga kurang diterima pendapatnya oleh keluarga, membuat lansia merasa tersisihkan dan diabaikan. Pada aspek tidak adanya pengaruh negatif masih tinggi, ditunjukkan dari lansia lansia memiliki pemikiran terlihat tidak menarik dan merasa tidak mampu mengontrol hidup. Pada aspek kepuasan hidup secara menyeluruh masih rendah karena lansia merasa kurang puas dengan diri saya sendiri, jarang mengawali hidup di pagi hari dengan perasaan nyaman, kurang optimis dengan masa depan saya, dan merasa bahwa dunia ini bukanlah tempat yang baik. Disimpulkan dari ketiga aspek di atas, bahwa adanya masalah kebahagiaan pada lansia.

Menurut Hurlock (1991) sejalan dengan bertambahnya umur, lansia berupaya untuk memberdayakan dirinya untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Meningkatnya derajat kesehatan dan mutu kehidupan untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berguna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat sesuai dengan kebutuhannya dalam masyarakat. Menurut Suardiman (2016) dimasa tua keinginan dan kemauan untuk tetap aktif bekerja diusia tua merupakan bagian kesenangan bagi setiap lansia laki maupun perempuan karena seorang usia lanjut mempunyai harapan akan rasa bahagia dengan melakukan apapun yang lansia lakukan sehingga merasa puas dengan yang digapainya. Menurut Hurlock (1991) pada tahap akhir siklus hidup manusia ini, lanjut usia berharap bisa merasakan sebuah hidup yang tenang, damai, sambil menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kehangatan kasih sayang.

Menurut Papalia & Feldman (2017) kebahagiaan lansia dilihat dari kehidupannya yang sejahtera, sebab lansia yang bahagia mempunyai energi berfikir positif. Secara umum lansia yang lebih bahagia akan terbawa rasa senang sehingga membuatnya rentan terhadap penyakit menurut (Zulfiana, 2014). Menurut Papalia & Feldman (2017) lansia yang memiliki kesehatan yang baik dan hidup sejahtera akan membuat lansia bahagia sehingga terhindar dari hal yang tidak di inginkan.

Carr (2004) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yaitu: (1) dukungan social dari keluarga. Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga merupakan yang lebih penting daripada dari teman. Dukungan sosial keluarga adalah segala bentuk bantuan dan pertolongan yang diperoleh individu melalui interaksi dengan individu lain di dalam keluarga yang menyebabkan

individu merasa nyaman baik secara fisik maupun psikologis, (2) Kepribadian, dalam budaya barat individu yang memiliki tipe kepribadian extrovert lebih bahagia daripada individu tipe neurotisme. Individu extrovert memiliki kecocokan dengan lingkungan sosial sehingga sering terlibat dalam interaksi sosial. Individu yang memiliki tipe kepribadian extroved memiliki suasana hati yang positif dalam bersosialisasi, (3) Budaya, faktor budaya dan sosial politik berperan dalam tingkat kebahagiaan individu, bahwa budaya dalam kesamaan sosial memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, (4) Pernikahan, orang yang menikah lebih bahagia daripada orang yang belum menikah. Sementara, individu yang terjebak dalam pernikahan yang tidak bahagia lebih tidak merasakan kebahagiaan, (5) Persahabatan, ialah teman yang terpercaya tempat berbagi pengalaman sehingga bermanfaat bagi kehidupan sosial dimanfaatkan untuk bersosialisasi dengan teman-teman sehingga menjadi orang yang luar biasa dalam membangun dan menjaga persahabatan. Orang-orang yang bahagia lebih sering dipilih sebagai sahabat, (6) Kesehatan, emosi positif berdampak pada sistem kekebalan tubuh individu, karena individu yang bahagia akan bekerja lebih efektif daripada orang yang tidak berbahagia, (7) Agama dan Spiritualitas, orang yang terlibat dalam agama lebih bahagia daripada yang tidak terlibat agama, dan (8) Kerjasama dengan rekan-rekan merupakan potensi sumber kebahagiaan. Hal ini dilakukan dengan cara membangun kerjasama dengan orang lain yang tidak memiliki rasa persaingan sehingga kerjasama tersebut saling menguntungkan, maka dari itu kerjasama akan meningkatkan rasa kebahagiaan.

Berdasarkan faktor-faktor di atas, terdapat faktor dukungan social keluarga yang dapat mempengaruhi kebahagiaan. Peneliti memilih faktor dukungan social keluarga untuk dijadikan sebagai faktor dalam penelitian ini karena dukungan social keluarga berpengaruh terhadap kebahagiaan lansia. Hal ini didukung hasil penelitian Mastuti (2016) tentang “Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Dukungan Keluarga” menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kebahagiaan. Semakin tinggi dukungan keluarga, maka kebahagiaan juga akan semakin meningkat. Hal tersebut dikarenakan adanya kualitas dalam hubungan keluarga dapat memberikan pengaruh positif yang dapat merefleksikan dalam hal kehangatan (*warmth*), meningkatkan rasa aman (*security*), kepercayaan (*trust*), memiliki afeksi positif (*positive affect*), dan ketanggapan (*responsiveness*). Lansia sangat membutuhkan kehangatan dalam keluarga yang dapat memberikan perasaan positif (kebahagiaan), kepedulian, kenyamanan, perhatian, perawatan, dukungan, mendapatkan cinta, dan memberikan perasaan maupun perilaku yang dapat menunjukkan kehangatan. Disinilah peran keluarga sangat memberikan pengaruh positif pada lansia. Keluarga dapat mengembalikan kepercayaan diri lansia yang hilang karena kondisi fisik yang dialaminya, sehingga lansia merasa dihargai, dicintai, diperhatikan, dan dipenuhi segala sesuatu yang dibutuhkannya. Hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup lansia yang optimal dan pada masa itu lansia berharap mendapatkan penghormatan dan penghargaan dari keluarga.

Menurut Saputri dan Indrawati (2011) dukungan sosial ialah keberadaan seseorang yang dapat membuat individu mendapatkan dukungan secara nyata dan

moril sehingga membuat seorang tersebut bahagia secara mental dan fisiknya. Jhonson dan Jhonson (dalam Saputri & Indrawati, 2011) mengatakan bahwa dukungan sosial ialah keberadaan orang lain yang mampu diandalkan dalam setiap waktu untuk memberikan dukungan moral maupun moril sehingga meningkatkan kebahagiaan bagi individu yang merasakannya. Sejalan dengan yang dikemukakan Taylor dkk., dalam Parasari dan Lestari (2015) dukungan sosial ialah perhatian dari orang lain yang dicari dan dihargai oleh seorang, yang dapat diberikan melalui beberapa cara, antara lain melalui perhatian, bantuan instrumental, pemberian informasi saat berada pada situasi yang menekan, serta informasi yang relevan dengan penilaian diri, dengan cara tersebut, setidaknya dukungan sosial dapat meringankan beban lansia apabila dihadapkan dengan persoalan.

Menurut Sarafino dan Smith (2011) kebutuhan dukungan dari kekasih, teman, keluarga, dan masyarakat sekitarnya terpenuhi akan membuat seorang merasa dicintai dan dihargai. Dukungan dalam penelitian ialah keluarga karena jika seorang lansia merasa dipedulikan dan diperhatikan keluarganya membuat lansia merasa keberadaannya masih diinginkan sehingga meningkatkan kesejahteraan hidupnya. Dukungan sosial keluarga ini akan memudahkannya untuk mendapatkan kebutuhan yang dibutuhkan lansia. Menurut Noviariani, dkk (2013) perhatian dengan memberikan kasih sayang yang dilakukan dengan tindakan yang nyata, membuat individu merasa di perhatikan diartikan sebagai dukungan sosial keluarga. Disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga ialah tindakan yang diterima oleh individu yang berasal dari keluarga dan mengacu pada kepedulian, penghargaan, dan ketersediaan bantuan.

House (1988) mengemukakan aspek-aspek dukungan sosial diantaranya: (1) dukungan emosional, mencakup ungkapan empati, perhatian, kasih sayang orang lain dengan memberikan rasa nyaman, tenang, dimiliki, dan dicintai ketika sedang memiliki masalah atau berada dalam situasi yang *stressfull*, (2) dukungan penghargaan, mencakup ungkapan hormat (menghargai) perasaan individu, (3) dukungan Instrumental (nyata /langsung) meliputi bantuan yang langsung diberikan, dan (4) dukungan informasi meliputi pemberian saran dan petunjuk tentang suatu manfaat positif kepada individu yang membutuhkan.

Hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 14 juni 2019 pada 10 orang Lansia diketahui bahwa dukungan social keluarga masih rendah. Rendahnya dukungan social keluarga ditunjukkan dari keluarga tidak pernah memahami perasaan lansia ketika lansia mengalami kesedihan, keluarga memberikan perawatan dengan kasih sayang ketika lansia sedang sakit, keluarga tidak mendengarkan ketika lansia bercerita. apa yang lansia lakukan tidak dihargai oleh keluarga, keluarga tidak punya waktu untuk menemani lansia di rumah, dan lansia tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari keluarga.

Uraningsari dan Djajali (2016) mengatakan kebahagiaan dapat terjadi pada lansia dengan adanya dukungan sosial dari lingkungan, teman, keluarga, tempat tinggal dan aktivitas nya. Menurut Sarafino dan Smith (2011) lansia yang memiliki dukungan sosial yang baik mempunyai energi positif, bermasyarakat, dan mendapatkan dukungan yang kuat membuat individu bahagia, karena keadaan bahagia membuat individu percaya diri, dengan terpenuhinya harapan yang ingin dicapai sehingga terpenuhinya dukungan sosial membuat kebahagiaan seseorang

tercukupi dan menjadikan harinya lebih indah. Keadaan yang dihasilkan oleh dukungan sosial merupakan cara mendapatkan kebahagiaan individu, sehingga individu merasa bahagia jika orang disekelilingnya berhubungan baik dan aktif bersilatuhrami menurut Colman (dalam Zulfiana, 2014). Hasil penelitian menurut Uraningsari dan Djalali (2016) menunjukkan ada hubungan positif sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan.

Dukungan keluarga begitu penting bagi lansia. Adanya keterlibatan keluarga merupakan keadaan yang tetap dalam artian suatu kondisi keadaan yang dinamis dan dapat berubah dengan interaksi yang berbeda-beda, adanya kedisiplinan dan kejasama saling melengkapi, sehingga akan mendapatkan kebutuhan secara khusus dari keluarga (Xu & Filler, 2008). Tamher & Noorkasiani, (2012) menjelaskan bahwa adanya dukungan dari keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah, adanya suatu dukungan yang diberikan keluarga terhadap lansia maka timbul rasa percaya diri yang tinggi dan motivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi dengan sendiri pun juga meningkat. Hal ini sangat dimungkinkan karena di lingkungan rumah para lanjut usia memperoleh dukungan dan support dari anggota keluarganya. Secara psikologis, lansia akan merasa bahagia apabila mendapatkan dukungan sosial keluarga yang membuat lansia merasa nyaman, tenang, dan damai dalam menjalani kehidupannya (Suardiman, 2011). Berdasarkan uraian di atas maka permasalahan yang akan dikaji lebih lanjut dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada lansia?”

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada lansia.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

1) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi khususnya psikologi perkembangan yang berkaitan dengan dukungan social keluarga dan kebahagiaan lansia.

2) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu wacana tentang dukungan social keluarga dan kebahagiaan lansia.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu lansia dalam mewujudkan kebahagiaan di hari tua dan dapat membantu pihak keluarga dalam memberikan dukungan sosial kepada lansia