

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Indonesia merupakan negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7,18% (Efendi & Makhfudli, 2009). Semakin meningkatnya usia harapan penduduk, mengakibatkan jumlah penduduk lansia terus meningkat dari tahun ke tahun. Selama empat dasawarsa terakhir, Indonesia menempati posisi keempat jumlah populasi terbesar di dunia. Berdasarkan sensus yang diselenggarakan BPS, tercatat bahwa penduduk Indonesia tahun 2010 berjumlah 237.641.326 jiwa dengan jumlah penduduk lansia sebanyak 18.118.699 jiwa (Sunaryo dkk, 2016). Fakta terjadinya ledakan penduduk lansia, pertumbuhan penduduk yang cepat, dan perubahan struktur penduduk Indonesia masih kurang disadari oleh masyarakat luas. Masalah ini semakin penting disadari oleh semua pihak, karena dalam kenyataannya sampai sekarang tidak cukup persiapan bagi sebagian besar penduduk untuk menjadi lansia (Topatimasang, 2013).

Berbicara tentang lansia, WHO (*World Health Organization*, 2012) menjelaskan bahwa lanjut usia merupakan seseorang yang memiliki usia di atas 60 tahun. Definisi ini sesuai dengan Undang – undang No. 13 Tahun 1998 Pasal 1 Ayat 2 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia menyatakan bahwa lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke-

atas. Menurut Baltes, Smith & Staudinger, Charness & Bosman; Neugarten; Suzman, Willis & Manton (dalam Santrock, 2002) membedakan usia lansia menjadi dua, yaitu orang tua muda atau usia tua (usia 60 sampai 74 tahun) dan orang tua yang tua atau usia tua akhir (75 tahun keatas). Menurut Nugroho (dalam Bidjuni, Ukus, dan Karundeng, 2015) memasuki usia tua individu akan mengalami kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut yang memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, dan figure tubuh yang tidak proporsional.

Permasalahan yang sering terjadi pada lansia khususnya adalah proses penuaan yang berjalan secara alami dengan konsekuensi timbulnya masalah fisik, mental dan sosial. Selain itu, masalah psikososial pada lansia menambah berat beban keluarga dan masyarakat. Dari segi sosial, lansia mengalami penurunan interaksi antara diri lansia dengan kelompok sehingga anggota keluarga berusia lanjut kurang diperhatikan, dihargai, dan dihormati (Sunaryo dkk, 2016). Menurut Bidjuni, Kaharingan dan Karundeng (2015) para lansia hidup dalam keterasingan, isolasi sosial, kesepian karena ruang lingkup pergaulan yang sempit, *postpower syndrome*, rutinitas kehidupan yang statis dan tidak variatif, serta tidak tahu harus berbuat apa untuk mengisi masa tuanya. Santrock (2002) berpendapat bahwa lansia dinilai sebagai orang yang tidak menyenangkan, sakit-sakitan, merepotkan dan tidak memberikan kontribusi positif bagi lingkungan sosialnya. Menurut Rohmah (dalam Bidjuni, Kaharingan dan

Karundeng, 2015) anggapan yang cenderung negatif tersebut secara tidak langsung membentuk lansia menjadi pribadi yang merasa tidak berharga, kesepian dan rendah diri. Kondisi psikologis yang demikian mengindikasikan adanya frustrasi eksistensial dimana seseorang tidak mempunyai tujuan hidup yang jelas dan merasa hampa. Mengingat kondisi tersebut, penanganan masalah pada lansia harus menjadi prioritas karena permasalahan terus berpacu pada penambahan jumlahnya (Sunaryo dkk, 2016). Salah satu penanganan yang dapat dilakukan dengan melalui tugas perkembangan lansia, diantaranya menemukan kebermaknaan hidup (Hvighurst & Duvall, dalam Siyoto dan Muhith, 2016).

Bastaman (2007) mendefinisikan kebermaknaan hidup sebagai hal-hal yang dianggap benar dan penting serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, dalam artian kebermaknaan hidup benar-benar dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna yang di anggap benar, dan penting serta memberikan nilai khusus, sehingga apabila hal itu terpenuhi akan menimbulkan perasaan-perasaan bahagia dalam kehidupan seseorang. Frankl (2003) mendefinisikan kebermaknaan hidup sebagai keadaan yang menunjukkan sejauh mana inividu telah mengalami dan menghayati keberadaan hidup menurut sudut pandang dirinya sendiri.

Crumbaugh dan Maholick (dalam Koeswara, 1992) menemukan alat ukur kebermaknaan hidup yaitu *The Purpose in Life Test* (PIL Tes). Komponen yang diukur berkaitan dengan kebermaknaan hidup tersebut

antara lain: a) Makna hidup yaitu sesuatu yang dipandang penting dan memberi nilai khusus serta dapat dijadikan tujuan hidupnya (Crumbaugh dalam Bastaman, 1996). b) Kepuasan hidup yaitu sejauh mana individu bisa menikmati dan merasakan kepuasan dalam hidup (Crumbaugh dalam Bastaman, 1996). c) Kebebasan berkehendak yaitu perasaan mampu mengendalikan kebebasan hidupnya (Crumbaugh dalam Bastaman, 1996). d) Sikap terhadap kematian yaitu bagaimana seseorang berpandangan dan kesiapannya menghadapi kematian (Crumbaugh dalam Bastaman, 1996). e) Pikiran tentang bunuh diri yaitu bagaimana pemikiran seseorang tentang masalah bunuh diri (Crumbaugh dalam Bastaman, 1996). f) Kepantasan hidup yaitu pandangan seseorang tentang hidupnya (Crumbaugh dalam Bastaman, 1996).

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Hastari (2018) terhadap 60 subjek lansia mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada lansia di panti sosial tresna werdha Yogyakarta menunjukkan bahwa lansia dengan kebermaknaan hidup pada kategori yang sangat tinggi sebanyak 8 orang, lansia dengan kebermaknaan hidup pada kategori tinggi sebanyak 15 orang, dan lansia dengan kebermaknaan hidup pada kategori sedang sebanyak 11 orang, sedangkan lansia dengan kebermaknaan hidup pada kategori rendah sebanyak 11 orang, dan lansia dengan kebermaknaan hidup pada kategori sangat rendah sebanyak 13 orang.

Dari data tersebut, dapat dipahami bahwa terdapat 24 lansia yang memiliki kebermaknaan hidup yang rendah, 13 lansia dengan kebermaknaan hidup yang sedang dan 23 lansia memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi, dalam artian masih terdapat lansia yang belum berhasil menemukan dan memenuhi kebermaknaan dalam hidupnya.

Data tersebut dikuatkan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada hari Jumat, 6 Juli 2018 di desa Kemandungan, kecamatan Bantarkawung, Brebes pada 5 lansia yang memiliki usia 60 tahun ke atas pada pukul 13.00 s.d 19.00 WIB. Ketika lansia diberikan pertanyaan mengenai makna hidup, terdapat lima lansia yang belum memaknai hidupnya, lansia mengatakan bahwa tidak memiliki tujuan hidup karena usia yang sudah tua, sering merasa kecewa, sedih dengan keadaan dan lebih berperilaku pasrah. Lansia yang diberikan pertanyaan mengenai kepuasan hidup terdapat tiga dari lima lansia mengatakan tidak puas dengan kehidupan yang dijalannya, karena kegiatan yang melelahkan, harus naik turun gunung untuk mencari sesuap nasi, tinggal hanya berdua dengan suami, dan ada yang tinggal sendiri, kegiatan hanya sekedarnya seperti pergi ke sawah dan menonton TV.

Dari lima lansia terdapat empat lansia yang menyatakan bahwa dirinya belum bisa bebas dalam berkehendak karena segala sesuatunya ditentukan oleh anak-anaknya, lansia lebih bergantung pada anak, dan kurang bisa mengutarakan apa yang diinginkan dan cenderung ikut terhadap keputusan anak. Kemudian, dua dari lima lansia menyikapi

kematian sebagai sesuatu yang tidak perlu ditakuti dan harus diyakini bahwa manusia pasti akan kembali pada-Nya, namun tiga dari lima lansia mengatakan masih belum siap menghadapi kematian, lansia masih ingin hidup lebih lama lagi.

Lansia yang diberikan pertanyaan mengenai pikiran tentang bunuh diri menanggapinya sebagai sesuatu yang tidak baik, namun dua dari lima lansia mengatakan sempat berpikiran untuk melakukan bunuh diri saat ditinggal mati suami dan saat merasa dirinya sudah tidak berguna lagi. Pikiran tersebut muncul ketika lansia sedang sendiri dan keluarga sedang tidak ada dirumah. Kemudian, terdapat tiga dari lima lansia yang merasa tidak puas dengan kehidupannya. Lansia mengatakan bahwa kehidupan yang dialami tidak pantas, karena lansia merasa sudah tidak punya apa-apa, seperti sudah tidak memiliki harta benda, tinggal sendiri dan terpisah dari anak-anak yang merantau.

Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat lansia yang masih belum berhasil menemukan dan memenuhi kebermaknaan dalam hidupnya, sehingga lansia merasa bahwa sudah tidak memiliki tujuan dalam hidup, kurang mendapatkan kepuasan hidup, kurangnya kebebasan dalam berkehendak, sebagian memiliki pemikiran untuk bunuh diri, dan merasa bahwa kehidupan yang dialami oleh lansia tidak begitu pantas.

Memasuki periode lansia merupakan ajang untuk menjadi seseorang yang berarti dalam hidup yaitu dengan dapat menerima,

bersikap positif, dapat menjalani masa tua dengan tenang, mampu hidup mandiri dan tidak bergantung pada keluarga, memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan (Bastaman, 2007). Lansia yang memiliki persepsi terhadap kualitas hidup yang mencakup kesejahteraan psikologis, fungsi fisik yang baik, hubungan dengan orang lain, kesehatan dan aktivitas sosial merupakan lansia yang mampu menemukan kebermaknaan dalam hidupnya (Bidjuni, Kaharingan dan Karundeng, 2015).

Lansia yang berhasil memenuhi dan menemukan kebermaknaan hidupnya akan mengalami hidup yang bermakna, ganjaran dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan. Dilain pihak lansia yang tidak berhasil memenuhi kebermaknaan hidup akan mengalami kekecewaan dan kehampaan hidup serta merasa hidupnya tidak bermakna. Selanjutnya akibat dari penghayatan hidup yang hampa dan tidak bermakna yang berlarut-larut tidak teratasi dapat menjelmakan gangguan neurosis (*noogenic neurosis*) dan frustrasi eksistensial (Bastaman, 2007).

Frustrasi eksistensial ditandai dengan hilangnya minat dan kurangnya inisiatif, serta perasaan-perasaan *absurd* dan hampa pada lansia. Frustrasi eksistensial bisa memicu munculnya *noogenic neuroses*, yaitu penyakit neurosis yang disebabkan oleh masalah-masalah kehidupan. Gejala-gejala neurosis noogenik akan membuat lansia merasa serba bosan, hampa, putus asa, kehilangan minat dan inisiatif, kehilangan arti dan tujuan hidup, serta gairah kerja yang menurun (Bastaman, 2007).

Bastaman (1996) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi kebermakaan hidup terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain: (a) Pemahaman pribadi yaitu memahami keunggulan dan kelemahan pribadi. (b) Bertindak positif merupakan tindakan-tindakan nyata yang dianggap baik dan bermanfaat. (c) Pengakraban hubungan merupakan hubungan yang baik antara pribadi tertentu (misalnya keluarga, teman, dll). (d) Pendalaman tri nilai yaitu nilai kreatif (kerja, karya), nilai penghayatan (kebebasan, keindahan, kasih, iman), nilai bersikap (menerima dan mengambil sikap yang tepat. (e) Ibadah yaitu segala kegiatan untuk melaksanakan apa yang diperintahkan Tuhan dan mencegah dari hal-hal yang dilarang menurut ketentuan agama.

Faktor eksternal yaitu: material, pekerjaan, dan dukungan sosial dari orang-orang terdekat seperti pasangan, orang tua, dan anak-anak. Faktor eksternal antara lain: (a) Material merupakan fakta-fakta, gejala-gejala, atau pokok-pokok yang nyata dipelajari dan diselidiki oleh ilmu pengetahuan (Gerungan dalam Sobur, 2003). (b) Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan manusia untuk tujuan tertentu yang dilakukan dengan cara yang baik dan benar. Bekerja berarti memperoleh kebebasan, jaminan keuangan (McConnel dan Bertler, dalam Lemme, 1999). (c) Dukungan sosial keluarga merupakan sesuatu yang mengarah pada kesenangan yang dirasakan individu, penghargaan akan kepedulian, atau dukungan sebenarnya yang dapat diraih di dalam jaringan keluarga, dengan



dukungan yang dirasakan akan menjadi sangat penting dan membuat individu merasa dicintai dan dihargai (Sarafino & Smith, 2011).

Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup di atas, peneliti memilih salah satu faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup yaitu faktor dukungan sosial yang berasal dari keluarga. Dukungan sosial dari keluarga dapat membuat individu merasa dicintai, diperhatikan, memiliki harga diri, dan dihargai melalui jaringan keluarga sehingga faktor dukungan sosial dari keluarga menjadi salah satu komponen yang menentukan tercapainya kebermaknaan hidup (Bastaman, 1996).

Hal ini didukung dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada hari Jumat, 6 Juli 2018 di desa Kemandungan, Brebes pada 5 lansia yang memiliki usia 60 tahun ke atas pada pukul 13.00 s.d 19.00 WIB. Lansia mengatakan bahwa kurang perhatian dari keluarga, banyak keluarga yang merantau membuat lansia harus tinggal sendiri dan menunggu kepulangan anak-anak yang tidak pasti, semakin bertambahnya usia dan terpisahnya jarak membuat lansia merasa bahwa anak-anak bersikap acuh dan jarang berbicara dan bercengkrama bersama, hal ini menunjukkan rendahnya aspek dukungan emosional.

Lansia mengatakan bahwa tidak pernah mendapatkan pujian dari keluarga, kegiatan yang dilakukan terkadang terlihat salah di mata anak sehingga membuat lansia merasa terbatas melakukan sesuatu, kurangnya

pemberian semangat dari keluarga membuat lansia kurang bersemangat, hal ini menunjukkan rendahnya aspek dukungan penghargaan.

Lansia mengatakan bahwa dengan usia yang sudah tua lansia masih harus memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan cara bekerja sebagai buruh tani, karena anak sudah lama tidak mengirim uang dan tidak enak hati jika harus meminta pada anak yang sudah berumahtangga, hal ini menunjukkan rendahnya aspek dukungan instrumental. Lansia mengatakan bahwa jarang mendapatkan nasihat dan informasi dari keluarga, karena rumah yang terpisah dan anak yang jauh merantau sehingga jarang berkomunikasi dan kurangnya pantauan, hal ini menunjukkan rendahnya aspek dukungan informasi. Dari hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa terdapat lansia yang masih belum mendapatkan dukungan sosial dari keluarga.

Menurut Sarafino & Smith (2011) dukungan sosial keluarga mengarah pada kesenangan yang dirasakan individu, penghargaan akan kepedulian, atau dukungan sebenarnya yang dapat diraih di dalam jaringan sosial seperti keluarga, dengan dukungan yang dirasakan akan menjadi sangat penting dan membuat individu merasa dicintai dan dihargai. Menurut Friedman, Bowden, & Jones (2010) sumber utama dukungan sosial keluarga adalah keluarga inti seperti suami, istri, saudara kandung, dan anak.

House (1944) berpendapat bahwa ada empat dimensi dukungan sosial, yaitu: a) Dukungan emosional, merupakan bentuk dukungan yang

membuat individu memiliki perasaan nyaman, karena mencakup ungkapan empati. b) Dukungan penghargaan, yaitu suatu ungkapan yang positif dalam bentuk dorongan maju. c) Dukungan instrumental, merupakan penyediaan piranti guna menunjang kelancaran kerja, secara langsung akan meringankan beban yang ditanggung seseorang. d) Dukungan informatif, merupakan dukungan yang melibatkan pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu.

Menurut Bastman (1996), penghayatan kebermaknaan hidup dapat disebabkan oleh adanya dimensi sosial, salah satunya dapat berasal dari dukungan sosial. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyanthi (2016) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada lansia di panti wreda. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh lansia di panti wreda maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki lansia, atau sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh lansia di panti wreda maka akan semakin rendah kebermaknaan hidup yang dimiliki lansia.

Lansia yang mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh semangat dan memiliki tujuan hidup yang jelas dapat dipengaruhi oleh dukungan emosional berupa perhatian yang membuat lansia memiliki perasaan nyaman yang mencakup ungkapan empati, perhatian, tanggapan positif dari orang-orang terdekat terhadap apa yang dilakukan individu dan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung

(contohnya: lansia dapat menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh semangat karena adanya perhatian dari anak-anak yang dapat membelikan segala kebutuhan yang lansia perlukan sehingga dapat meringankan beban yang ditanggung oleh lansia), serta pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu (House, 1944).

Menurut Frankl (dalam Koeswara, 1992) ketika individu mencapai kematangan, individu menjadi bertanggung jawab atas realisasi nilai-nilai. Lansia mampu menikmati dan merasakan kepuasan dalam aktivitas-aktivitas yang dijalani dan muncul perasaan mampu mengendalikan kebebasan hidupnya secara bertanggung jawab yang didasarkan pada nilai-nilai kebenaran dapat dipengaruhi oleh adanya rasa nyaman didalam keluarga. Menurut House (1944) ungkapan empati, kepedulian dan perhatian dari sumber dukungan sosial akan membuat individu merasa nyaman sehingga lansia bisa menikmati dan merasakan kepuasan dalam aktivitas-aktivitas yang dijalani.

Lansia merasa puas dalam menjalani hidup karena adanya dorongan semangat dan persetujuan akan aktivitas-aktivitas yang dijalani dari anggota keluarga serta penyediaan piranti guna menunjang kelancaran kerja. Piranti tersebut bagi individu merupakan sumber kepuasan dan kesenangan tersendiri sehingga individu dapat mengerjakan aktivitasnya dengan penuh semangat dan bertanggung jawab (Crumbeugh dalam Bastaman, 1996). Bastaman (2007) mengungkapkan bahwa manusia memiliki kemampuan dan kebebasan untuk mengubah kondisi hidupnya

yang dapat dibantu dengan dukungan berupa informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu.

Dari penjelasan yang peneliti paparkan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebermaknaan hidup pada lansia ?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebermaknaan hidup pada lansia di Desa Kemandungan.

### **2. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan secara praktis.

#### **a) Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi disiplin ilmu psikologi terutama di bidang psikologi sosial dan psikologi positif mengenai hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebermaknaan hidup pada lansia.

b) Manfaat Praktis

Diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dan refleksi untuk lansia akan pentingnya kebermaknaan hidup, dan mampu membantu mengatasi sindrom ketidakbermaknaan serta dapat menjadi bahan pertimbangan bagi anggota keluarga agar lebih memperhatikan, menghargai, dan mendampingi keluarga yang sudah lanjut usia dalam kondisi apapun sebagai upaya meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.