

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Perubahan merupakan suatu proses alami yang terdapat dalam kehidupan. Salah satu contoh yaitu perubahan yang terjadi pada manusia mengenai rentang kehidupan yang diawali dengan kelahiran, tumbuh, berkembang, hingga menjadi tua dan menghadapi kematian. Setiap perubahan dalam kehidupan manusia akan mendapatkan banyak perhatian khusus dari berbagai macam pihak. Salah satunya adalah lanjut usia (lansia). Perubahan yang terjadi yaitu penurunan fisik ditandai dengan perubahan warna rambut, kulit, penurunan fungsi penglihatan, melemahnya kondisi motorik, dan penurunan tingkat kesehatan; sedangkan fungsi psikologis dapat dilihat dari ingatan mereka yang melemah dan keadaan emosi yang mudah berubah (Santrock, 2003)

Data yang diperoleh dari BPS (Badan Pusat Statistik, 2019) menunjukkan bahwa penduduk lansia (60 tahun ke atas) di Indonesia mengalami peningkatan dengan pesat dan secara potensial akan menimbulkan permasalahan. Data Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat menunjukkan bahwa jumlah warga lansia bertambah dari tahun ke tahun. Data BPS (Badan Pusat Statistik), hampir lima dekade ini (1971-2019) mengalami peningkatan di Indonesia dua kali lipat sebesar 9,6% atau berkisar 25 juta jiwa, yang

dimana jumlah lansia di perkotaan lebih besar daripada jumlah lansia di pedesaan (52,80% banding 47,20%). Dari seluruh lansia di Indonesia, lansia muda (60-69 tahun) lebih banyak mencapai 63,82%, untuk lansia madya (70-79 tahun) dan lansia tua (80+ tahun) dengan jumlah masing-masing 27,86% dan 8,50%. Menurut Susenas Maret 2019 terdapat lima provinsi yang memiliki penduduk lansia yang dimana jumlahnya sudah mencapai 10% yaitu DI Yogyakarta (14,50%), Jawa Tengah (13,36%), Jawa Timur (12,96%), Bali (11,30%), dan Sulawesi (11,15%) (BPS, 2019). Proses penuaan pada penduduk dapat berdampak pada aspek kehidupan, ekonomi, dan sosial. Dengan kondisi ini dapat timbul berbagai permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh lansia. Menurut penelitian Fitri (dalam Azwan et al., 2015), lansia mengalami penurunan fisik dan kesehatan dapat mengakibatkan lansia menarik diri dari lingkungan sosial. Memasuki masa lansia yang bahagia dapat diidentifikasi dengan segala perubahan dan kesiapan untuk dapat menerima segala perubahan pada aspek-aspek kehidupan (Indriana, Destiningrum, & Kristiana, 2011). Ketidaksiapan lansia dalam menghadapi perubahan-perubahan yang ada dapat mengakibatkan lansia menjadi rentan terhadap *stress* dan putus asa. Selain itu, lansia akan kehilangan pasangan hidup dan akan menjadi merasa kesepian. Oleh sebab itu, lansia mencari orang-orang baru untuk menggantikan

peran pasangan yang telah meninggal dan rumah sebagai penawar untuk mengatasi permasalahan (Strickeler, dalam Hurlock 1990).

Kebahagiaan merupakan perasaan positif seperti kegembiraan atau ketenangan dan segala kondisi yang melibatkan afeksi positif (Carr, 2004). Kebahagiaan juga bergantung pada evaluasi kognitif yang dilakukan pada individu untuk menilai kualitas hidup dalam lingkungan di keluarga maupun lingkungan kerja (Carr, 2004). Pentingnya kebahagiaan pada lansia antara lain dapat menerima kondisi fisik, rasa syukur kepada Yang Maha Esa, memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan kerabat dekat, dan dapat menikmati masa lansia dengan kondisi yang sehat. Dukungan sosial tersebut dapat meningkatkan keterampilan sosial (Carr, 2004). Banyak orang yang tidak mengetahui bahwa memiliki relasi dengan teman dekat dan keluarga dapat menunjang kebahagiaan seseorang, serta untuk kesehatan dan mengoptimalkan fungsi kognitif (Diener & Oishi, 2005).

Melalui dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia dapat membuat lansia merasa ada yang memperhatikan. Bentuk dukungan keluarga seperti memberikan perhatian, bersikap empati, memberikan motivasi, memberikan saran dan pengetahuan (Astuti, 2010). Cao, Jiang, Li, Hui dan Li (2013) mengemukakan bahwa semakin optimal keberfungsian keluarga maka kesejahteraan emosional yang dirasakan individu akan semakin baik. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya dukungan sosial (Putri et al., 2019).

Dukungan sosial memiliki peranan penting dan diperlukan oleh siapa saja dalam berelasi dengan orang lain bertujuan untuk berlangsungnya kehidupan di tengah-tengah masyarakat. Dukungan sosial yang dimaksud ialah memberikan semangat, bantuan perhatian, penerimaan, sehingga individu dapat meningkatkan kebahagiaan (Jhonson & Jhonson, dalam Azwan, dkk., 2015). Salah satu dukungan yang berpengaruh ialah dari teman sebaya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Simanjuntak & Sulistyanyingsih, 2018) mengenai perbedaan kesejahteraan psikologis lansia ditinjau dari bentuk dukungan teman sebaya, populasi yang digunakan lansia yang berada di kota Medan dengan jumlah 70 subyek penelitian. Teknik sampling yang digunakan ialah *accidental sampling*. Pada penelitian ini, sampel dibagi menjadi empat kelompok yaitu kelompok sampel yang mendapatkan dukungan emosi, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan dari persahabatan. Hasil pengujian menggunakan ANOVA yang menunjukkan nilai $p < 0,05$ yakni sebesar 0,040, artinya ada perbedaan antara perbedaan kesejahteraan psikologis lansia ditinjau dari bentuk dukungan teman sebaya.

Selain itu, menurut Zimet et al (1990) dukungan sosial berasal dari teman, keluarga, dan *significant others*. Dukungan sosial dapat diperoleh dari orang lain maupun keluarga dalam lingkungan sekitarnya dan dukungan tersebut dapat berasal darimana saja dan siapa saja seperti teman, pasangan dan keluarga (Uraningsari &

Djalali, 2016). Setiap individu memerlukan dukungan sosial dari teman sebaya atau orang lain untuk mendapatkan kebahagiaan, kebermaknaan hidup serta kesejahteraan hidup. Kebahagiaan lansia berhubungan dengan kualitas hidup dan dukungan sosial serta interaksi dengan orang lain (Suardiman, 2011). Lansia lebih cenderung memiliki motivasi yang kuat untuk meluangkan waktunya menjalin relasi dengan orang terdekat (*significant others*) dan anggota keluarga yang menyenangkan (Uraningsari & Djalali, 2016).

Harapan lansia memilih untuk tinggal bersama anak adalah supaya mendapatkan dukungan sosial, merasa aman, nyaman serta dapat meningkatkan kualitas hidup pada lansia dan untuk mendapatkan kebahagiaan. Menurut Baron dan Byrne (2002), dukungan sosial tidak hanya diberikan oleh keluarga, tetapi diberikan juga oleh teman-teman untuk memperoleh kenyamanan fisik dan psikologis. Dukungan sosial dapat berasal dari teman, pasangan hidup, keluarga, pacar, rekan kerja, dan organisasi komunitas (Sarafino, 2007). Secara psikologis, lansia merasa bahagia apabila mendapatkan dukungan sosial, hal ini membuatnya merasa bahagia, nyaman, aman, tentram, dan damai dalam menjalani hidup (Suardiman, dalam Adrianisah & Septiningsih, 2013)

Kebahagiaan akan terjadi apabila terdapat hubungan keluarga yang harmonis dan sahabat yang terjalin dengan baik (Coalman, dalam Zulfina, 2014). Kebahagiaan berasal dari hasil

penilaian terhadap perasaan yang positif, perasaan negatif dan kepuasan dalam kehidupan (Amalia, 2017)

Senyatanya, lansia yang tinggal bersama anak-anaknya mengalami rasa tersisih, merasa menjadi beban, merasa kesepian dan menjadi sungkan. Sungkan yang dimaksud adalah merasa tidak enak dengan anak, takut merepotkan. Hal ini dikarenakan anak-anak sibuk dengan permasalahan pribadi sehingga kurang peduli dengan adanya kehadiran lansia dan komunikasi menjadi berkurang.

Hal tersebut dapat dibuktikan dari hasil wawancara sebagai berikut:

“Perasaan saya senang bisa tinggal dengan anak karena bisa liat cucu, tapi saya banyak sungkannya mbak dengan anak. jadi apa-apa saya lakukan sendiri. Kalo pagi anak kerja pulangny sampe malam setelah itu tidur. Begitu terus mbak”

“Sambil nunggu anakku pulang, biasanya aku tidur mbak. La gimana mbak rumah sepi cuma ada aku sama mbak e tok. Kalo ga gitu, aku sholawatan” (Subyek S usia 71 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara dengan S, diketahui bahwa beliau tidak memenuhi aspek kebahagiaan pada *well being* yang mencakup rasa sejahtera, perasaan bahagia, hidup yang bahagia dan tidak memenuhi aspek *cheerfulness* yang mencakup hal-hal seperti dapat menemukan hal-hal yang lucu, banyak tertawa, dan membuat suasana menjadi ceria bersama orang lain. Hal ini terlihat dari kalimat bahwa beliau melakukan segala sesuatunya sendiri karena beliau merasa sungkan dengan anaknya.

“Oh yo seneng Fir iso kumpul tapi aku kadang kepikiran N wira wiri jauh. Kadang ga ngasih kabar, ga telepon, ga apa. Was-was yang di rumah. Aku di rumah juga sendirian, kakak e N kalo pulang malem jadi sepi banget” (Subyek Y usia 62 tahun)

Lansia Y merasa senang tinggal dengan anaknya, namun beliau tidak memenuhi aspek kebahagiaan *positive outlook* yang mencakup hal-hal seperti dapat menemukan keindahan dalam berbagai hal, merasa bahwa dunia merupakan tempat yang indah, hidup itu berharga, hidup itu bahagia, dan menanti pengalaman yang baru. Kemudian, juga tampak bahwa lansia Y tidak memenuhi aspek kebahagiaan *well being* yang mencakup rasa sejahtera, perasaan bahagia, hidup yang bahagia. Hal ini terlihat dari kalimat bahwa

beliau sering merasa cemas dan kesepian ketika ditinggal anaknya kuliah hingga malam dan ditinggal bekerja.

“Ya begini-begini aja, saya tinggal dengan anak saya A. Dia pagi kerja kadang sampai sore. Langsung masuk kamar. Jarang ada komunikasi saya sama dia, kalo ga saya tanya dia diam aja. Kadang sakit aja saya gatau”

“Saya lebih banyak beraktivitas di luar walaupun sekarang sudah pensiun ngga kerja lagi. Kadang ada acara kumpul-kumpul di gereja. Saya kan jadi sekretaris di gereja” (Subyek T usia 65 tahun)

Pada lansia T, beliau merasakan biasa saja saat tinggal bersama anaknya tetapi tampaknya beliau tidak memenuhi aspek kebahagiaan *satisfaction with life* yang mencakup kondisi merasa puas terhadap hidup, memiliki kontrol dalam hidup, memiliki pengaruh yang positif, dapat melakukan hal-hal yang diinginkan, dan mudah mengambil keputusan. Hal ini dapat dilihat pada kalimat bahwa beliau merasa biasa aja tinggal bersama anaknya, bahkan jarang berkomunikasi, dan terkadang tidak mengetahui kalau anaknya sakit

“Alhamdulillah mbak, syukur bisa tinggal dengan anak. Anak juga mau menerima saya tanpa ada beban jadi saya jalannya juga happy. Sampe rumah saya direnovasi anak saya, sekarang saya tinggal di apartemen”
(Subyek M usia 75 tahun).

Berbeda dengan lansia-lansia sebelumnya, lansia M merasa bersyukur bisa tinggal dengan anaknya karena anaknya mau menerima apa adanya dan tanpa terbebani, bahkan memberikan bantuan material yakni renovasi rumah. Dari hasil observasi dan wawancara tampak bahwa beliau memenuhi aspek kebahagiaan, khususnya aspek *satisfaction with life* yang mencakup kondisi merasa puas dengan kehidupan, memiliki pengaruh yang positif, dan melakukan hal-hal yang diinginkan. Lansia M juga tampak memenuhi aspek kebahagiaan *well being* yang mencakup rasa sejahtera, perasaan bahagia, hidup yang bahagia, dan aspek kebahagiaan *cheerfulness* yang mencakup banyak tertawa, dan membuat suasana menjadi ceria bersama orang lain. Hal ini terlihat pada kalimat bahwa beliau mengatakan “alhamdulillah” yang menunjukkan rasa syukur, merasa menjalani hidup tanpa beban artinya ia merasa sejahtera. Selain itu, dari hasil observasi peneliti beliau merasa ceria bertemu dengan cucu dan anak-anaknya. Hal ini

mungkin saja berkaitan dengan dukungan sosial yang diterimanya dari lingkungan.

Dampak dari gangguan psikologis pada lansia dapat diminimalisir dengan adanya dukungan sosial (keluarga atau masyarakat) dan turut berpartisipasi dalam mengikuti kegiatan yang dapat dijalani oleh lansia (Rosmery & Putri, 2015). Kebahagiaan dapat memberikan kontribusi yang besar bagi kemandirian lansia (Lestari, dalam Lestari, 2017). Lansia yang bahagia itu cenderung aktif, produktif dalam melakukan kegiatan sehari-hari dan dapat menjaga keharmonisan sosialnya (Lestari, 2017)

Penelitian menunjukkan lansia yang mendapatkan dukungan sosial, khususnya dari anaknya tampak menunjukkan kebahagiaan. Penelitian ini dilakukan oleh Mastuti (2013) yang mengungkap kebahagiaan lansia ditinjau dari dukungan keluarga pada populasi berjumlah 100 lansia di kelurahan Luwang, Jawa Tengah. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,691 dan signifikansi sebesar 0,000, artinya $p < 0,01$ artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kebahagiaan pada lansia.

Sayangnya, penelitian tersebut hanya berfokus pada dukungan yang diberikan dari keluarga, sedangkan dukungan dapat diberikan oleh siapa saja dan darimana saja seperti dukungan dari teman sebaya dan teman akrab. Sekalipun dukungan dari teman

sebaya yang diterima oleh lansia tidak dapat menggantikan posisi keluarga maupun pasangan, namun dukungan tersebut mungkin saja memberikan kompensasi atas ketiadaan keluarga maupun pasangan. Teman sebaya dapat membantu lansia untuk menjadi *coping model*, melawan *stress* atau permasalahan, dan memiliki rasa kepercayaan diri (Simanjuntak & Sulistyanyingsih, 2018). Berdasarkan uraian di atas, yakni jumlah lansia di Jawa Timur cukup tinggi, hasil wawancara yang tampaknya menunjukkan adanya hubungan antara dukungan dari lingkungan sekitar terhadap kebahagiaan lansia dan kajian literatur yang menunjukkan pentingnya untuk meningkatkan kebahagiaan pada lansia melalui dukungan sosial, maka peneliti tertarik untuk menguji ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia yang tinggal satu rumah dengan anaknya di kota Surabaya.

1.2 Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian menjelaskan batas-batas permasalahan yang akan diteliti. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini dikemukakan sebagai berikut:

- a. Kebahagiaan pada penelitian ini terkait dengan kepuasan hidup, *self esteem*, memiliki *efficacy*, *empathy*, *positive outlook*, *well-being*, dan *cheerfulness*

- b. Dukungan sosial yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu dukungan yang berasal dari keluarga, teman, dan orang terdekat (*significant others*).
- c. Partisipan dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal satu rumah bersama anaknya dengan batas usia 60 tahun ke atas di kota Surabaya

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia yang tinggal satu rumah dengan anaknya ?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah menguji ada atau tidaknya hubungan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia yang tinggal satu rumah dengan anaknya

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan pengetahuan terutama dalam bidang psikologi positif serta psikologi perkembangan mengenai teori dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia yang tinggal satu rumah dengan anaknya

1.5.2 Manfaat praktis

a. Bagi lansia

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi lansia terkait dengan hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan yang tinggal satu rumah dengan anaknya sehingga lansia lebih menyadari sumber kebahagiaan berasal dari dukungan sosial khususnya dari pihak keluarga, teman dan orang terdekat

b. Bagi organisasi atau perkumpulan lansia

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi organisasi lansia terkait dengan hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan sehingga organisasi menyadari bahwa pentingnya peran dukungan sosial terhadap kebahagiaan lansia, khususnya yang tinggal satu rumah dengan anak.

c. Bagi keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi keluarga mengenai peran dukungan sosial terhadap kebahagiaan bagi lansia

d. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa menjadi sumber acuan untuk mengetahui sejauhmana kebahagiaan ditentukan oleh dukungan sosial pada lansia yang tinggal satu rumah dengan anaknya.