

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya manusia diciptakan oleh Tuhan berpasangan satu sama lain. Antara satu individu dengan individu lain saling melengkapi dalam suatu ikatan suci yang dinamakan pernikahan. Akan tetapi, ada juga individu yang menjalani hidupnya sendiri tanpa terikat suatu komitmen pernikahan dan memilih melajang sepanjang hidupnya. Dewasa ini fenomena hidup melajang telah menjadi trend masyarakat perkotaan. Sampai saat ini belum ada angka pasti yang menyebutkan jumlah individu yang menjalani hidup melajang. Namun jumlah populasi individu yang melajang (*single life*) semakin meningkat dari tahun ke tahun (Nanda, 2016).

Ada banyak alasan bagi setiap individu untuk mengambil keputusan hidup melajang. Mulai dari ingin mengembangkan karir, menjadi lebih bebas dan tanpa terikat kehidupan rumah tangga, sampai memilih melajang karena ingin hidup selibat dengan Tuhan. Ada beberapa sisi positif dari melajang, di antaranya adalah lebih banyak kesempatan untuk mengembangkan diri, kebebasan secara ekonomi, kebebasan untuk mengontrol kehidupan sendiri, dan mengembangkan karir (Genova, 2008).

Berdasarkan wawancara dengan beberapa lansia lajang, pilihan hidup melajang karena keinginan hidup selibat dengan Tuhan adalah salah satu alasan beberapa individu tetap selamanya melajang. Individu yang melajang dengan alasan hidup selibat dengan Tuhan biasanya dijalani oleh pastur-pastur dari gereja Katolik. Mereka tergabung pada suatu komunitas dalam lingkup keuskupan (wilayah administratif gereja Katolik). Sesuai aturan gereja, para pastur tersebut harus melalui berbagai tahapan kaul (komitmen), salah satunya adalah kaul kesucian. Di mana sesuai dengan kaul tersebut, para pastur diharuskan untuk hidup melajang (*single life*) agar dapat lebih berfokus dalam karya pelayanannya untuk melayani Tuhan. Komitmen yang harus diikuti tersebut membuat mereka melajang sampai akhir hayat, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa pada usia tua, mereka tetap hidup melajang.

Semakin bertambah tua umurnya, persentase penduduk lansia yang mengalami permasalahan kesehatan semakin besar. Jumlah penduduk usia di atas 60 tahun mencapai 28,7 juta orang. Artinya, lebih dari 10,6% jumlah penduduk Indonesia merupakan lansia (Pertiwi, 2020). Penduduk pra lansia mengalami keluhan kesehatan dalam 2 tahun terakhir adalah sebesar 51,08 %, meningkat menjadi 20 % pada lansia muda, meningkat lagi menjadi 38 % pada lansia madya, dan persentase tertinggi pada lansia tua yaitu sebesar 60 %. Semakin panjang usia individu, maka daya tahan tubuhnya akan semakin lemah dan proses penyembuhannya juga akan menjadi lebih lama (Badan Pusat Statistik, 2019).

Santrock (2002) menyatakan bahwa terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan lansia untuk mencapai *psychological well-being* yaitu memiliki pendapatan, kesehatan yang baik, gaya hidup aktif dan mempunyai jaringan teman serta keluarga yang baik. Pada masa lansia, biasanya mulai sadarnya individu untuk dapat menjaga kesehatannya dikarenakan fungsi-fungsi organ dalam tubuh sudah menurun.

Dari segi perkembangan psikososial, individu pada usia dewasa akhir memasuki tahapan integritas versus keputusasaan (Santrock, 2002). Di mana pada usia ini merupakan tahapan yang sulit dilewati menurut sebagian individu dikarenakan mereka sudah merasa terasing dari lingkungan kehidupannya. Pada tahap ini individu memiliki tugas untuk mengembangkan integritas diri dan berupaya menghilangkan rasa putus asa dan kekecewaan. Individu lansia yang dapat mengembangkan rasa integritas dalam dirinya tentu akan bisa menghalau rasa putus asa dan kekecewaan tersebut sehingga dapat menjalani hari tua dengan indah. Akan tetapi, sikap ini akan bertolak belakang jika di dalam diri individu tersebut tidak terdapat integritas. Mereka akan lebih merasa kesepian dan sendiri serta mengalami kurangnya penerimaan diri menghadapi hari tua (Santrock, 2002).

Psychological well-being merupakan keadaan dimana individu dapat menjalankan kehidupannya dengan baik, baik itu secara psikis ataupun emosional. *psychological well-being* juga dapat dikatakan dengan kesehatan mental yang positif individu dalam menjalankan kehidupannya (Shek dalam Hutapea, 2011). Selain itu juga individu yang mempunyai *psychological well-being* akan memiliki

kesehatan mental yang baik karena *psychological well-being* juga melihat bagaimana individu dalam berperan aktif dalam lingkungan sosialnya.

Pada kenyataannya banyak individu yang tidak dapat mencapai *psychological well-being*, hal tersebut disebabkan sulitnya menerima diri sendiri, sulit untuk berkomunikasi dengan individu lain, ataupun merasa bahwa fungsi fisik yang mengalami penurunan. Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya (Ryff, 1989).

Seiring bertambahnya usia terdapat perbedaan *psychological well-being* pada setiap kelompok usia. Pada lansia terdapat perbedaan pada dimensi *psychological well-being* yaitu adanya penurunan dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan personal (Ryff & Keyes, 1995). Di sisi lain semakin bertambahnya usia individu terutama pada masa dewasa dan lansia, terdapat peningkatan pada dimensi penguasaan lingkungan dan kemandirian (Ryan & Deci, 2001). Begitu pun dengan Erikson (Hidayat, 2011) mengemukakan bahwa semakin bertambahnya usia individu maka individu tersebut semakin bijaksana dalam menyampaikan pengalaman-pengalaman dalam hidupnya. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya *psychological well-being* dalam diri seseorang terutama lansia.

Pemerintah bahkan mengeluarkan undang-undang dan keputusan presiden untuk dapat mewujudkan kesejahteraan lansia. Pertama, UU No. 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia, menjelaskan bahwa kesejahteraan adalah suatu tata kehidupan dan penghidupan sosial, baik material/ spiritual yang diliputi rasa keselamatan, kesusilaan, ketenteraman lahir batin yang memungkinkan pemenuhan kebutuhan jasmani, rohani, dan sosial. Kedua, Keppres No.93/M Tahun 2005 tentang Keanggotaan Nasional Lansia yang menyebutkan bahwa perlu adanya pemberdayaan bagi lansia. Bentuk pemberdayaan tersebut antara lain : setiap upaya meningkatkan fisik, mental spiritual, dan sosial.

Lansia tampak memiliki lebih banyak tantangan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya, lebih lagi para lansia yang memilih hidup melajang. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran utuh tentang *psychological well-being* para lansia sehingga dapat memahami aspek mana yang

perlu untuk ditingkatkan lagi.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran gambaran *Psychological Well-being* pada Lansia yang memilih hidup melajang?