

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Semua orang akan mengalami proses menjadi tua, dimana masa tua adalah masa hidup yang terakhir dalam proses perkembangan manusia (Hurlock,1996). Pertumbuhan lansia akan naik lebih cepat dari pada pertumbuhan penduduk keseluruhan. Menurut survei BPS populasi Lansia di Indonesia akan cenderung meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan hasil survei BPS (dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2017) mengatakan tahun 2017 diperkirakan terdapat 23,66 juta jiwa penduduk Lansia di Indonesia (9,03%). Kemenkes juga memprediksikan jumlah penduduk Lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Kemenkes menambahkan ada 19 provinsi (55,88%) provinsi Indonesia yang memiliki struktur penduduk tua, tiga provinsi dengan persentase lansia terbesar adalah DI Yogyakarta (13,81%), Jawa Tengah (12,59) dan Jawa Timur (12,25%). Laju pertumbuhan Lansia yang pesat ini akan meningkat seiring dengan masalah-masalah pada Lansia.

Seiring dengan bertambahnya jumlah Lansia, terdapat banyak permasalahan-permasalahan yang terjadi pada lansia, dimana Lansia akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sehingga dapat mempengaruhi aktivitas sehari-harinya (Hurlock,1996). Perubahan-perubahan ini tidak hanya menyebabkan masalah kesehatan dan penyakit, tetapi juga perubahan sosial yang akhirnya mengurangi kebahagiaan hidup lansia. Menurut Departemen Sosial (2006), menjadi tua adalah suatu proses yang tidak dapat dihindarkan dan merupakan tahap

akhir dari siklus kehidupan manusia. Proses ini berkaitan dengan penurunan fungsi tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan dan sering ditandai dengan kondisi kehidupan yang tidak sesuai dengan yang diharapkan. Ditambah dengan persoalan-persoalan hidup seperti kematian pasangan, persoalan keuangan, pindah rumah, dan dukungan sosial yang buruk dapat memicu terjadinya depresi pada lansia (Maramis, 2009).

Salah satu tugas perkembangan Lansia menurut Havinghurst dalam Hurlock (1993) adalah menyesuaikan diri dengan kematian pasangan. Lansia yang kehilangan pasangan hidup (suami atau isteri) akan mengalami duka cita mendalam, kesepian dan sering kali diikuti dengan kesulitan keuangan, meningkatnya penyakit fisik, gangguan psikologis termasuk depresi (Kowalski dan Bondmass 2008, dalam Santrok 2012). Banyak lansia yang menyadari bahwa suatu ketika pasangan hidup mereka akan meninggal, oleh sebab itu mereka telah mempersiapkan diri untuk menghadapinya, akan tetapi belum banyak yang menyadari tentang masalah yang akan muncul dan siap menghadapinya atau siap menyesuaikan diri dengan situasi kesepian yang terjadi. Dimana sebelumnya selalu ada yang mendampingi, bertukar pikiran dan melakukan aktifitas secara berdua tetapi sekarang di lakukannya sendiri (Hurlock, 1996).

Lansia akan dihadapkan dengan penyesuaian diri setelah peristiwa kematian terjadi. Bagi para duda atau janda yang ditinggalkan dukungan sosial dapat membantu mereka untuk menyesuaikan diri terhadap kematian pasangan (Bennet, 2009, dalam Santrok 2012). Penyesuaian yang dilakukan oleh lansia adalah derajat kepuasan dan kebahagiaan yang mereka alami (Hurlock, 1993), seperti yang dijelaskan Erikson dalam Santrock, (2012) bahwa seorang Lansia akan bercermin pada masa lalu dan menyimpulkan bahwa ia telah menjalani hidup dengan baik, ataupun sebaliknya

menyimpulkan bahwa hidupnya belum dimanfaatkan dengan baik. Lansia yang mengembangkan pandangan positif pada tahap-tahap perkembangan sebelumnya, akan merasakan kepuasan-integritas dapat dicapai. Sedangkan Lansia yang membentuk setiap tahap perkembangan sebelumnya secara negatif, akan memunculkan keputusasaan dalam akhir hidupnya.

Kebahagiaan sangat penting dan dibutuhkan oleh semua orang di masyarakat termasuk seorang Lansia. Seiring dengan hal ini, seorang penyair besar Inggris Coleridge (dalam Ety, 2002) mengatakan bahwa salah satu segi utama dari kebahagiaan adalah bahwa orang yang bahagia mengetahui dan menilai dirinya sebagai orang yang bahagia. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti oleh lansia W mengatakan bahwa, suaminya sudah meninggal 4 tahun lalu, W tinggal bersama anaknya dan menantunya, dirumah miliknya. Anaknya dan menantunya sibuk bekerja, sehingga cucunya sering di titipkan kepada W. Informan W menjelaskan bahwa:

*“aku itu loh capek tiap hari nggurusin anak-anak ini, kalau mereka itu mau nonton, atau pergi kemana kek, aku mesti bilang ajakken ini anakmu, males aku ngurus. Untung ya aku punya rumah sendiri enggak harus tinggal sama anak. Jadi besok ini saya mau ke jogja tinggalin anak-anak ini sendiri. Bosen aku dirumah kalau ngurusin cucu, jadi aku ya jalan-jalan, sibukin diri”*

(W/ 72 th, 8 Oktober 2019)

Berdasarkan wawancara di atas, informan W mengatakan bahwa informan sering ditinggal sendirian di rumah untuk menjaga cucu-cucunya dikarenakan anaknya disibukkan dengan pekerjaan sehingga membuat Informan sering mengeluh karena harus mengurus cucu-cucunya. Dengan begitu, informan memilih untuk menyibukkan diri dengan mengikuti kegiatan-kegiatan diluar sehingga tidak bosan mengurus cucu di rumah.

Menurut Seligman (2005), dalam aspeknya menjelaskan bahwa ada lima aspek utama yang dapat menjadi sumber kebahagiaan antara lain; menjalin hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam hidup, Optimis namun realistis, menjadi pribadi yang resiliensi. Dapat lihat bahwa kebahagiaan yang muncul dalam diri informan adalah dengan menghabiskan waktunya untuk jalan-jalan dan mengikuti kegiatan Lansia di tempat tinggalnya, informan punya keterlibatan penuh dalam aktifitas yang dijalankannya. Pemaknaan hidup yang dimiliki informan dengan menjalin hubungan yang baik dengan aktifitas tersebut, karena jika informan ditinggal sendiri di rumah saat anaknya bekerja, sedangkan informan mengalami merasa bosan. Dengan demikian, informan belum optimis namun tetap realistis karena informan sering merasa bosan dan mengeluh. Informan belum menjadi pribadi yang resiliensi, karena belum menerima dengan keadaan yang dialami sekarang. Seperti yang sudah dijelaskan kebahagiaan informan muncul ketika informan mencoba mengikuti kegiatan-kegiatan di luar rumah dan memiliki keterlibatan penuh.

Individu-individu yang hidup sendiri memperlihatkan kecenderungan lebih tinggi untuk meningkatkan kehidupan religiusitas dan kenyakinan spiritualnya. Hal ini berkaitan dengan tingkat dukacita yang lebih rendah (Brown,dkk: 2004). Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada informan M yang sudah tidak memiliki pasangan dimana suaminya sudah meninggal 5 tahun yg lalu. Informan M mengatakan bahwa:

*“oma senang di hari tua oma, oma masih bisa lihat cucu, lihat anak walaupun mereka sibuk dengan kerja, cucu juga sibuk dengan belajar, sehingga oma sering ikut kegiatan doa di gereja ini, karena oma percaya hidup oma kepada tuhan. Bisa dapat banyak teman juga. Ya kalau dirumah saja oma tidak suka, karena oma sendiri anak sibuk kerja, cucu juga zaman sekarang tidak sering dirumah, jadi oma lebih banyak ikut kegiatan di gereja dan oma senang disini”*

(M/ 70th, 15 oktober 2019)

Dari hasil wawancara di atas, informan mengatakan mengatakan bahwa, informan senang diumur yang sudah lanjut, informan masih bisa melihat cucu-cucunya. Oleh karena melihat anak disibukan dengan pekerjaan dan juga cucu yang dengan tugas sekolah sehingga jarang di rumah, maka informan memilih untuk mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan. Informan mempercayakan semuanya kepada Tuhan. Berdasarkan beberapa hasil wawancara, terlihat bahwa ada kondisi kebahagiaan yang dilalui oleh beberapa infoman di atas. Dengan usia yang sudah lanjut, para informan berusaha untuk mengisi waktu luang mereka dengan kegiatan yang bermanfaat, meskipun sudah tinggalkan oleh pasangannya.

Seligmen (2005) menjelaskan aspek kebahagiaan antara lain; menjalin hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam hidup, Optimis namun realistis, menjadi pribadi yang resiliensi, sehingga bisa dilihat bahwa kebahagiaan informan yang muncul adalah informan menjalin hubungan positif dengan orang lain salah satunya dengan mengikuti kegiatan rohani. Informan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk mengikuti kegiatan tersebut, karena bagi informan dari pada sendirian di rumah lebih baik informan mengikuti banyak kegiatan yang mendekatkan diri pada Tuhan. Hal ini terkait dengan keterlibatan penuhnya dalam mengikuti aktifitas rohani tersebut, penemuan makna dalam hidupnya informan yaitu percaya bahwa hidupnya diserahkan kepada Tuhan yang menjadikan informan lebih optimis namun realistis dengan apa yang dihadapi sekarang dengan tidak banyak mengeluh namun percaya kepada sang pencipta. Pada aspek menjadi pribadi yang resilien, informan masih dalam proses penyesuaian dan untuk sekarang informan lebih mau untuk mendekatkan diri pada Tuhan. Seperti yang sudah dijelaskan di atas

bahwa kebahagiaan informan dimasa lanjut usia, informan menyerahkan diri pada Tuhan dan percayakan hidupnya pada Tuhan. Dalam dalam Santrock, (2012) religiusitas akan memenuhi kebutuhan psikologis pada lansia. Walaupun jarang berinteraksi sosial dengan orang terdekat yaitu keluarga, dengan mendekati diri pada Tuhan, mereka akan menemukan penghayatan dan makna hidup yang membuat mereka akan mempertahankan hidupnya akan berkaitan dengan rasa kesejahteraan dengan kebahagiaan hidup pada lansia.

Laura Cartense ini (1998,2006,2008) dalam Santrock, (2012) mengatakan bahwa Lansia secara sengaja menarik diri dari interaksi sosial dengan individu di sekeliling mereka, seperti lansia yang tinggal bersama anaknya setelah kematian pasangannya tetapi mereka jarang untuk berinteraksi dengan anak karena kesibukan, sehingga mereka lebih mempertahankan atau meningkatkan kontak dengan teman-teman dekat dalam relasi yang menyenangkan dengan menyibukkan diri dan mengikuti kegiatan salah satunya kegiatan keagamaan, dimana kebahagiaan yang diperoleh dengan mendekati diri kepada Sang Pencipta bertujuan untuk memperkuat religiusitas, menerima kenyataan hidupnya secara ikhlas dan dapat melakukan proses menjadi tua secara sukses (Mustofa, 2008; Suardiman, 2011).

Dalam Santrock, (2012), dituliskan bahwa keluarga berperan penting dalam dukungan sosial bagi seorang Lansia. Keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam mengembangkan, mencegah, mengadaptasi dan memperbaiki masalah yang terjadi pada anggota keluarga (Sutikno, 2011). Salah satu faktor kebahagiaan yang dijelaskan oleh Carr (2004), ada faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan lansia, salah satunya adalah hubungan. Hubungan yang dimaksud adalah mencakup

hubungan pernikahan, kekeluargaan, teman dimana semakin baik komunikasi individu maka semakin baik pula hubungannya. Lansia yang tidak memiliki relasi erat dengan keluarga atau yang tinggal sendirian akan mengalami situasi kesepian dan isolasi afektif serta perasaan ditinggalkan, kekosongan dan tidak bahagia.

Dyah Ayu (2016) dalam penelitiannya mengatakan bahwa adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan kebahagiaan pada lanjut usia. Hal tersebut dapat diketahui bahwa semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada lanjut usia. Sebaliknya, apabila semakin rendah dukungan keluarga maka semakin rendah pula kebahagiaan pada lanjut usia. Saat memasuki masa tua keluarga adalah harta terbesar yang lansia miliki, karena kebahagiaan Lansia sangat erat dengan adanya dukungan keluarga. Setelah kematian pasangan lansia akan mengalami duka cita yang mendalam, kesepian, menunjang untuk penyakit fisik dan depresi maka dukungan sosial sangat membantu penyesuaian setelah kematian pasangan. Keluarga masih merupakan tempat berlindung yang paling disukai oleh Lansia Indonesia. Kebahagiaan lansia salah satunya dapat ditentukan melalui kedekatan lansia dengan keluarganya. Adanya keterlibatan keluarga dalam kehidupan lansia akan lebih membantu mereka dalam menjalani kehidupan masa tua dari lingkungan sekitar dan aktifitas yang di jalani sekarang. Dalam Santrock, (2012), mengatakan bahwa keluarga berperan penting dalam dukungan sosial bagi seorang Lansia.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai bagaimana gambaran kebahagiaan lansia yang tidak memiliki pasangan karena kematian pasangan. Peneliti berharap dengan diketahuinya gambaran Kebahagiaan pada lansia, lansia dapat menerima

dukungan social yang lebih baik setelah kematian. Dengan begitu lansia akan lebih memaknai dan memberikan kondisi positif pada masa tuanya.

## **1.2 Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan pada hal-hal sebagai berikut:

1. Fenomena atau kasus yang akan dibahas dalam penelitian ini mengenai kebahagiaan pada lansia yang tidak memiliki pasangan
2. Kebahagiaan yang merupakan keadaan sejahtera dan kepuasan hidup yang dirasakan oleh individu dimana mereka mampu melakukan apa yang diinginkan dan berhasil mencapai tujuan hidupnya. Adapun aspek kebahagiaan menurut Seligmen (2005), yang terdiri dari; menjalin hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam hidup, optimis namun realistis, menjadi pribadi yang resiliensi.
3. Lansia yang dimaksud adalah lansia yang tidak memiliki pasangan dimana salah satu pasangan sudah meninggal, dengan rentang usia mulai dari 60 tahun (Hurlock, 1993). Dimana lansia tersebut masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari secara independen.
4. Jenis penelitian adalah penelitian kualitatif, yakni sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang dapat diamati

### **1.3 Fokus Penelitian**

Fokus penelitian ini ingin melihat dan memahami bagaimana gambaran kebahagiaan Lansia yang tidak memiliki pasangan karena kematian?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini untuk melihat bagaimana gambaran kebahagiaan Lansia yang tidak memiliki pasangan karena kematian

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah memberi sumbangan pengetahuan secara teoritik dalam bidang psikologi perkembangan khususnya yang membahas tentang kebahagiaan pada lansia yang tidak memiliki pasangan.

#### **1.5.2 Manfaat Praktik**

##### **1. Bagi subjek penelitian**

Peneliti ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman sekaligus mampu mengaplikasikan kebahagiaan pada lansia di masa tuanya.

##### **2. Bagi keluarga Lansia**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait dengan pentingnya memberi dukungan terhadap lansia agar lansia mendapatkan kebahagiaan diakhir hidupnya.

##### **3. Bagi organisasi yang bergerak di area lansia**

Penelitian ini diharapkan memberikan sumber informasi tentang pentingnya meningkatkan perhatian masyarakat terhadap kebahagiaan pada lansia.