

## **BAB V**

### **HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

#### **5.1 Hasil Penelitian**

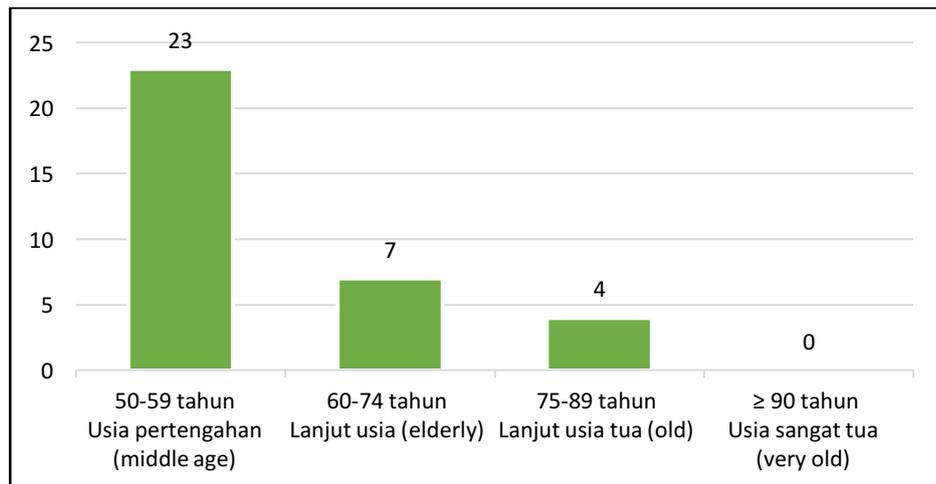
##### **5.1.1 Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

Alat pengumpul data yang digunakan untuk mengukur *psychological well-being* dalam penelitian ini adalah *the Ryff scale of psychological well-being* (Hapsari, 2011). Setelah melalui proses analisis validitas dan reliabilitas, instrumen ini memiliki 15 butir pernyataan dengan nilai koefisien validitas berkisar antara 0,408 hingga 0,796 dan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,845. Berdasarkan hasil uji reliabilitas tersebut dapat dikatakan bahwa skala *psychological well-being* memiliki reliabilitas tinggi karena nilai koefisien *alpha cronbach* pada alat ukur ini  $\geq 0.80$ .

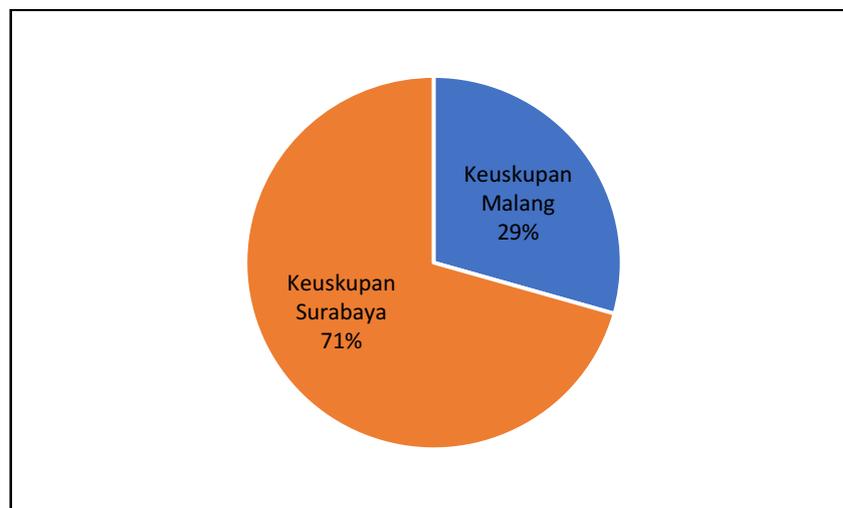
##### **5.1.2 Deskripsi Subjek Penelitian**

Subjek yang berpartisipasi pada penelitian ini adalah 34 lansia laki-laki yang memilih hidup melajang di wilayah Jawa Timur. Usia subjek penelitian cukup bervariasi sehingga dikelompokkan menjadi 4 kategori berdasarkan pengelompokkan lansia oleh WHO (n.d.). Pada gambar 3 dapat diketahui bahwa sebesar 68% (23 orang) merupakan subjek yang berusia 50-59 tahun, sebesar 21% merupakan subjek yang berusia 60-74 tahun, dan sebesar 12% merupakan subjek berusia 75-89 tahun.

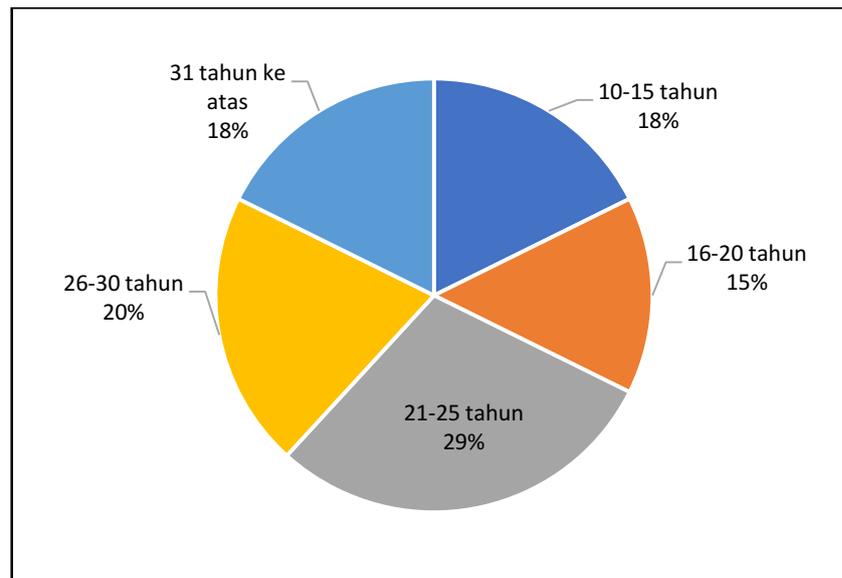
Pada gambar 4 dapat diketahui bahwa sebesar 24 subjek penelitian ditempatkan di keuskupan Surabaya (71%), dan sebesar 10 subjek penelitian ditempatkan di keuskupan Malang (29%). Gambar 5 menunjukkan seberapa lama subjek sudah menjalani hidup melajang. Dari tabel tersebut tampak bahwa 10 subjek dari total 34 subjek sudah hidup melajang selama 21-25 tahun, dan 6 subjek dari total 34 subjek telah menjalani hidup melajang lebih dari 31 tahun.



Gambar 3. Frekuensi usia subjek penelitian



Gambar 4. Deskripsi subjek penelitian berdasarkan tempat tugas



Gambar 5. Penyebaran subjek penelitian berdasarkan lamanya hidup melajang

### 5.1.3 Deskripsi Variabel Penelitian

Nilai mean ideal *psychological well-being* subjek adalah 52,5 dengan standar deviasi 12,5. Penggolongan subjek dibagi ke dalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, rendah. Penggolongan kategori tersebut dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$a. \text{Mean Ideal (M)} = \frac{(jbv \times nt) + (jbv \times nr)}{2}$$

$$b. \text{SD Ideal (SD)} = \frac{(jbv \times nt) - (jbv \times nr)}{6}$$

Keterangan:

jbv = jumlah butir valid

nt = nilai jawaban tertinggi untuk setiap butir jawaban

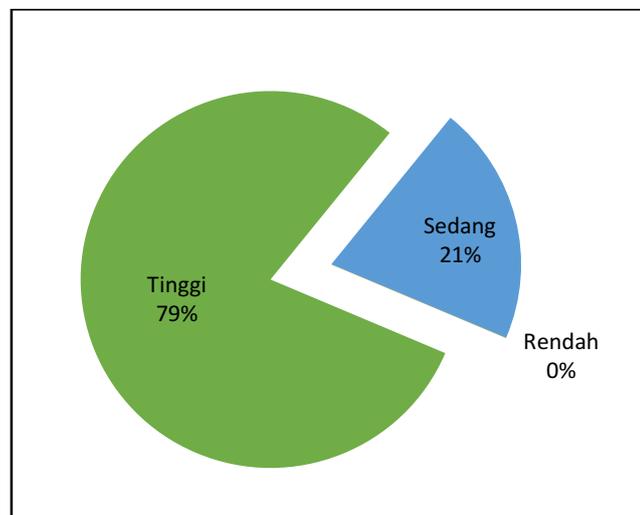
nr = nilai jawaban untuk setiap butir pertanyaan

Tabel 2. Kategorisasi Skor *Psychological well-being*

Kategorisasi	Rumus	Rentang Nilai
Tinggi	$(M+1SD) \leq X$	$65 \leq X$
Sedang	$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$	$40 \leq X < 65$
Rendah	$X < (M-1SD)$	$X < 40$

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan pada 34 lansia yang menjadi subjek penelitian dapat diketahui bahwa sebesar 79,41% atau 27 lansia yang memiliki *Psychological Well-being* berada dalam kategori tinggi, sebanyak 20,59% atau 7 lansia berada dalam kategori sedang, dan tidak ada

sama sekali lansia yang berada dalam kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat *Psychological Well-being* yang tinggi. Gambar 6 menunjukkan kategorisasi skor tingkat kesejahteraan psikologis 34 lansia yang menjadi subjek penelitian.



Gambar 6. Kategorisasi skor *Psychological Well-being*

Gambaran *psychological well-being* para lansia yang memilih hidup melajang dapat juga dilihat dari tabulasi silang pada tabel 3 dan tabel 4. Pada tabel 3 dapat diketahui bahwa dari total 23 lansia yang berusia 50 tahun sampai dengan usia 59 tahun, 21 lansia memiliki *psychological well-being* yang tinggi dan hanya 2 orang saja yang memiliki *psychological well-being* yang rendah. Sedangkan lansia yang berusia 75 tahun sampai dengan usia 90 tahun, 50% memiliki *psychological well-being* yang tinggi dan 50% memiliki *psychological well-being* yang rendah.

Tabel 3. Tabulasi silang antara *Psychological well-being* dengan usia

Usia	Psychological Well-being			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
50 tahun s.d. 59 tahun	0	2	21	23
60 tahun s.d. 74 tahun	0	3	4	7
75 tahun s.d. 90 tahun	0	2	2	4
Total	0	7	27	34

Tabel 4. Tabulasi silang antara  
*Psychological well-being* dengan lamanya hidup melajang

Lama hidup melajang	Psychological Well-being			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
10-15 tahun	0	0	6	6
16-20 tahun	0	0	5	5
21-25 tahun	0	1	8	9
26-30 tahun	0	2	6	8
31 tahun >	0	4	2	6
Total	0	7	27	34

Tabel 4 menunjukkan bagaimana tingkat *psychological well-being* para lansia jika ditinjau dari lamanya mereka hidup melajang. Semua lansia yang sudah hidup melajang selama 10 tahun sampai dengan 20 tahun memiliki kesejahteraan yang tinggi. Hanya ada 1 lansia memiliki *psychological well-being* yang sedang dari 9 lansia yang sudah hidup melajang selama 21 tahun sampai dengan 25 tahun. Dari 8 lansia yang sudah hidup melajang selama 26 tahun sampai dengan 30 tahun, hanya 2 lansia yang memiliki *psychological well-being* yang sedang. Sedangkan lansia yang sudah melajang lebih dari 31 tahun, hanya 2 orang yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi.

#### 5.1.4 Pembahasan

Dewasa ini fenomena hidup melajang telah menjadi trend di masyarakat perkotaan, meskipun 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).

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. Adanya komitmen yang harus diikuti membuat mereka melajang sampai akhir hayat, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa pada usia tua, mereka akan merasakan kesepian menjelang akhir-akhir kehidupannya sehingga mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Salah satu hasil penelitian yang

dilakukan Wheeler, Reis, dan Nezlex mengemukakan bahwa tingkat kesepian individu yang memiliki pasangan hidup jauh lebih rendah daripada individu yang memilih hidup melajang dengan perbedaan mencapai 85% (dalam Taylor, Peplau, Sears, 2012). Dengan kata lain lansia yang menjalani kehidupan melajang dimungkinkan sekali mengalami kesepian menjelang akhir kehidupannya. Akan tetapi tidak semua lansia mengalami kesepian menjelang usia senjanya.

Dari 34 lansia yang menjadi subjek penelitian dapat diketahui bahwa ada 23 lansia (68%) tergolong tinggi dan 11 lansia (32%) yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis pada tingkat sedang dan tidak ada yang berada di tingkat kesejahteraan rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa lansia yang menjadi subjek penelitian memiliki kesejahteraan psikologis tingkat tinggi dan sedang. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan tetap merasa baik, nyaman, damai, dan bahagia meskipun dihadapkan pada kondisi kesepian (Ryff dalam Synder dan Lopez, 2007). Fenomena yang sama juga dialami oleh subjek penelitian ini. Meskipun mereka tetap merasakan adanya tantangan di masa tuanya karena menjalani kehidupan melajang, namun mereka tetap memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Ketika lansia telah merasa berhasil melalui memenuhi tahapan perkembangannya dengan perasaan yang positif dan mampu memenuhi keenam kriteria secara positif, maka dapat dikatakan lansia tersebut mencapai *Psychological Well-being* (Marmer, 2011). Spiritualitas dan agama diketahui berperan penting dalam kehidupan banyak lansia, dan keduanya diketahui berkorelasi positif dengan kesehatan fisik, kesehatan jiwa, kesejahteraan, kemungkinan hipertensi yang lebih rendah, dan angka kematian yang lebih rendah (Marmer, 2011). Subjek penelitian ini adalah para pastur gereja katolik yang telah memasuki usia senja. Untuk menjadi pastur katolik mereka harus melalui berbagai tahapan kaul (komitmen), salah satunya adalah kaul kesucian. Komitmen ini lah menjadi semakin kuat karena secara periodik selalu ada penguatan kaul (komitmen) sehingga membantu mereka dalam mencapai kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Utami (2012) yang menyatakan bahwa faktor jaringan sosial yang baik, kondisi

ekonomi yang baik, interpretasi yang positif terhadap pengalaman yang dilewati, dan dukungan sosial yang baik, merupakan hal-hal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia. Keseharian para subjek penelitian tidak terlepas dengan dukungan sosial yang ada di sekitarnya, baik dari sesama pastur ataupun dari umat, sehingga faktor dukungan sosial ini yang mengarahkan secara positif ke kesejahteraan psikologis.

## 5.2 Luaran yang Dicapai

Penelitian yang membahas tentang kajian *Psychological Well-being* pada Lansia yang memilih hidup melajang ini memiliki beberapa capaian target luaran, yakni:

Tabel 5. Capaian Target Luaran

No	Jenis Luaran				Indikator TS (2021)
	Kategori	Sub Kategori	Wajib	Tambahan	
1	Artikel ilmiah dimuat di jurnal	International bereputasi	-	-	-
		Nasional terakreditasi	-	-	-
		Nasional ber ISSN atau e-ISSN	Wajib		Draft artikel
2	Artikel ilmiah dimuat di prosiding	Internasional terindeks	-	-	-
		Nasional	-	-	-
3	Invited speaker dalam temu ilmiah	Internasional	-	-	-
		Nasional	-	-	-
4	Hak Kekayaan Intelektual (HKI)	Paten	-	-	-
		Paten sederhana	-	-	-
		Hak cipta	-	-	-
		Merek dagang	-	-	-
		Rahasia dagang	-	-	-
		Desain produk industri	-	-	-
		Indikasi geografis	-	-	-
		Perlindungan varietas	-	-	-
T perlindungan topografi sirkuit terpadu	-	-	-		
5	Teknologi tepat guna	-	-	-	
6	Buku ajar (ISBN)	-	-	-	
7	Membuat laporan penelitian dan	Wajib	-	Selesai	

No	Jenis Luaran				Indikator
	Kategori	Sub Kategori	Wajib	Tambahan	TS (2021)
	pertanggung jawaban keuangan		Selesai		
8	Membuat poster penelitian ukuran A1 format pdf		Wajib	-	Selesai
9	Mengunggah laporan dalam Repository Widya Mandala Surabaya ( <a href="http://repository.wima.ac.id">http://repository.wima.ac.id</a> )		Wajib	-	Selesai
10	Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT)		-	-	-

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat *Psychological Well-being* pada Lansia yang memilih hidup melajang berada pada beberapa kategori. Sebanyak 79,41% atau 27 lansia yang memiliki *Psychological Well-being* dalam kategori tinggi, sebanyak 20,59% atau 7 lansia yang memiliki *Psychological Well-being* dalam kategori sedang, dan tidak ada sama sekali lansia yang berada dalam kategori rendah.

#### **6.2 Saran**

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk dapat diperbaiki lagi, yakni:

1. Bagi lansia

Para lansia diharapkan untuk dapat terus mempertahankan kondisi kesejahteraan psikologisnya dengan terus melakukan aktivitas-aktivitas yang telah dilakukannya dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Serta tingkat kesejahteraan yang tinggi pada para lansia dapat memberikan pengaruh positif pada para lansia di sekitarnya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan dengan memperluas populasi atau menjadi penelitian kualitatif sehingga akan memperdalam kajian akan kesejahteraan psikologis para lansia yang hidup melajang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik. (2019). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2019*. Diakses dari <https://www.bps.go.id/publication/2019/12/20/ab17e75dbe630e05110ae53b/statistik-penduduk-lanjut-usia-2019.html>
- Christie, Yohana, Hartanti, & Nanik. (2013). Perbedaan kesejahteraan psikologis pada wanita lajang ditinjau dari tipe wanita lajang. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. Vol. 2, No. 1.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11. doi: 10.1007/s10902-006-9018-1
- Genova, D. (2008). *Intimate Relationship, Marriage and Families*. New York: McGraw Hill.
- Hapsari, R. S. (2011). Gambaran psychological well-being pada lansia yang mengalami kematian pasangan. (Skripsi) Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Hidayat, A. A. 2011. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayatullah, M.S. & Larassaty, R.M. (2017). Makna bahagia pada lajang dewasa madya. *Jurnal Ecopsy*, Vol. 4, No. 2.
- Hutapea, B. (2011). Emotional Intelegence dan Psychological Well- beingpada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi berbasis Keagamaan di Jakarta. *Jurnal Insan*, Vol.13 (Nomor 02).
- Indrayani & Ronoatmodjo, S. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 2018: 69-78 DOI: 10.22435/kespro.v9i1.892.69-78
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>
- Kurniati, Gracilia, Hartanti, & Nanik. (2013). Psychological Well-being pada pria lajang dewasa madya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. Vol. 2, No. 2.
- Marmer, W. P. (2011). *Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-being ) Lansia - Studi Kualitatif Pada Lansia di Persekutuan Lansia Gereja Kristen Indonesia Bromo Malang*. Skripsi. Universitas Airlangga Surabaya.
- Myers, D. (2010). *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.

- Nanda, D. I. (2016). hubungan loneliness dan psychological Well-being pada dewasa muda lajang yang berkarir. *skripsi*.
- Pertiwi, S.W.P. (2020, September, 21). Tahun Ini, Jumlah Lansia 10,6% dari Populasi Indonesia. *Media Indonesia*. Diakses dari <https://mediaindonesia.com/humaniora/346598/tahun-ini-jumlah-lansia-106-dari-populasi-indonesia>
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2003). Risk factors for loneliness in adulthood and old age--a meta-analysis. In S. P. Shohov (Ed.), *Advances in psychology research*, Vol. 19, pp. 111-143). Hauppauge, NY, US: Nova Science Publishers.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141– 166.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of *Psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 57, No.6, 1069-1081
- Ryff, C. D. & Keyes C. L. M. (1995). The structure of *psychological well-being* revisited. *J. Pers. Soc. Psychol.* 69:719–27.
- Santrock, J. (2002). *Perkembangan Masa Hidup Life Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Simanjuntak, L. & Sulistyaningsih, W. (2019). Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Lansia Ditinjau Dari Bentuk Dukungan Teman Sebaya. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 13. 59-73. 10.32734/psikologia.v13i2.2268.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. (2012). *Social Psychology*. Jakarta: Kencana.
- WHO. (n.d.). Ageing and Life Course. Diakses 20 Agustus 2018, dari <http://www.who.int/ageing/en/>