

PSYCHOLOGICAL WELL BEING LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA

Fadhilah Amelia¹, Amin Akbar²

¹ Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

E-mail: fadhilahamelia.fa@gmail.com

ABSTRAK

Lansia mengalami penurunan pada kesehatan fisik, psikis dan hubungan sosial. Permasalahan dan perasaan tersebut cenderung memberikan pengaruh yang negatif terhadap kehidupannya, oleh karena itu para lansia menginginkan untuk mendapatkan perhatian lebih dari lingkungan sekitar serta memperoleh kasih sayang dan cinta dari keluarga, namun masih banyak lansia yang tidak memperoleh hal tersebut dan harus menghabiskan sisa hidupnya di panti sosial. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat tingkat Psychological Well Being pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu, Batusangkar. Metode pada penelitian ini yaitu kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling sehingga didapatkan 30 subjek pada lansia yang tinggal di panti sosial. Tingkat Psychological Well Being dikur menggunakan skala Psychological Well Being. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukan bahwa tingkat psychological well being pada lansia yang tinggal di panti sosial tergolong tinggi.

Kata Kunci : *Psychological Well Being*, Lansia, Panti Sosial

PENDAHULUAN

Setiap individu mengalami proses perkembangan dalam menjalani kehidupan. Pada dasarnya terdapat dua proses perkembangan yang saling bertentangan, yaitu proses pertumbuhan (*evolusi*) dan kemunduran (*invulasi*), proses ini terjadi mulai dari usia bayi, anak-anak, remaja, dewasa hingga lansia. Manusia tidak pernah statis melainkan selalu terjadi perubahan fisik dan psikologis di setiap fase kehidupannya (Hurlock, 2013; Jusoh, 2018). Menurut UU No 13 Tahun 1998 seorang dikatakan lansia apabila telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Berdasarkan data Badan Pusat Statistika (BPS) jumlah lansia semakin meningkat di setiap tahunnya. Pada tahun 2020 jumlah lansia meningkat sebesar 9,92% yaitu sebanyak 26 juta lansia. Kemudian 6 provinsi dengan jumlah lansia yang sudah mencapai 10% salah satunya berada di Sumatera Barat yaitu 10,07%. BPS Sumatera Barat menyatakan jumlah lansia pada tahun 2020 yaitu 10,83% (599 ribu) dari 5,534,000 jiwa (BPS, 2020). Meningkatnya jumlah lansia di setiap tahunnya, tidak menutup kemungkinan banyak masalah yang dihadapi oleh para lansia tersebut. Secara umum pada usia lanjut seorang mengalami penurunan pada kesehatan fisik, psikis, maupun hubungan sosial.

Pada masa tua para lansia menginginkan untuk mendapatkan perhatian lebih dari lingkungan sekitar, mereka menginginkan untuk memperoleh kasih sayang dan cinta dari keluarga serta mendapatkan perhatian khusus dari anak-anaknya, namun pada kenyataannya masih banyak para lansia yang tidak memperoleh hal tersebut (Karni, 2018). Terdapat beberapa kebutuhan lansia seperti kebutuhan untuk mengerjakan dan menyelesaikan sesuatu yang bermanfaat untuk diri sendiri maupun orang lain, kebutuhan dalam menjalani peran, mempengaruhi dan mengontrol orang yang ada di sekitar, kebutuhan untuk hidup mandiri dan bebas dari lingkungan keluarga yang mengekang, kebutuhan untuk membangun hubungan positif dengan orang lain, kebutuhan untuk menerima keputusan yang tidak sesuai dengan keinginan serta mengakui kesalahan, menjalani hidup dengan tenang dan damai serta menikmati waktu untuk bersenang-senang. Berdasarkan banyaknya kebutuhan lansia tersebut maka perlu dilihat apakah lansia sudah memperoleh kesejahteraan psikologis dalam menjalani kehidupannya.

Menurut Ryff dan Kayes (1989) *psychological well being* adalah pencapaian atas potensi seseorang secara psikologis dimana individu dapat menerima kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya, menjadi pribadi yang mandiri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan hubungan positif dengan orang lain serta mampu bertumbuh secara personal. Athamukhaliddinar (2019) menyatakan *psychological well being* adalah usaha yang dilakukan individu untuk mewujudkan tujuan dalam hidupnya selain itu individu dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Disaat lansia tidak mampu untuk mengurus dirinya sendiri, ia terpaksa untuk bergantung pada keluarganya, namun karena ketidakmampuan keluarga serta kurangnya tanggung jawab sosial seorang anak dalam mengurus lansia, sehingga masih banyak keluarga yang mengantarkan lansia ke panti sosial agar dapat diurus dengan baik oleh pihak panti tersebut (Wardani, 2016; Jusoh et al., 2015). Panti sosial sangat berperan penting dalam memenuhi kebutuhan lansia yaitu kebutuhan fisik, psikis dan sosial serta memberikan kehidupan yang layak bagi para lansia yang tidak dapat diurus oleh keluarga ataupun bagi lansia yang hidup terlantar.

Panti sosial tresna werdha berusaha menyediakan fasilitas yang layak serta memberikan pelayanan yang cukup bagi para lansia dari pekerja sosial sehingga dapat menikmati hari tua dengan bahagia. Dengan disediakannya fasilitas bagi para lansia tidak menutup kemungkinan masih adanya masalah yang dihadapi lansia selama berada di panti jompo, baik itu masalah fisik, psikis, maupun sosial. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Wreksoadmodjo (dalam Yentika, 2018) masalah yang dihadapi lansia seperti merasa kesepian ketika berada di panti, merasa sedih karena keterbatasan ekonomi yang dimiliki walaupun setiap kebutuhannya dipenuhi, kemudian sebagian lansia kurang bersemangat dalam menjalani hidup karena jauh dari lingkungan keluarga dan kurang memperoleh dukungan dari lingkungan sosial serta mengalami penurunan berat badan.

Berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya, Sukadari (2020) menyatakan kaum lansia yang menjalani kehidupan di Taman Lansia An-Naba memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dan mampu untuk menerima keadaan dirinya sebagai seorang lansia dan menerima keterbatasan yang dimilikinya. Penelitian ini akan peneliti lakukan pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Kabupaten Tanah Datar. Peneliti tertarik melakukan penelitian ini karena cukup banyak kebutuhan yang harus diperoleh oleh para lansia, kemudian karena kurang terpenuhinya kebutuhan lansia tersebut menimbulkan banyak masalah khususnya masalah psikologis. Dalam menghadapi hal tersebut keluarga dan pemerintah melakukan berbagai usaha untuk memenuhi kebutuhan lansia agar para lansia dapat sejahtera secara psikologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, subjek pada penelitian ini yaitu lansia tinggal di panti sosial Tresna Werdha Kabupaten Tanah Datar dan mampu berkomunikasi dengan baik. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa angket dimana peneliti membagikan kuesioner yang berisi 35 butir pernyataan terkait *psychological well being*. Penelitian ini menggunakan alat ukur dengan skala *Guttman* dalam bentuk *checklist*. Skala ini menggunakan dua alternatif jawaban dimana setiap jawaban ya untuk favorable bernilai 1 dan unfavorable bernilai 0, sedangkan untuk favorable pilihan jawaban tidak bernilai 0 dan unfavorable bernilai 1.

Tabel 1 *Blueprint Skala Psychological Well Being*

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Fav	Unfav	
1	<i>Self Acceptance</i>	3	2	5
2	<i>Positive Relations With Others</i>	6	1	7
3	<i>Autonomy</i>	3	3	6
4	<i>Environmental Mastery</i>	2	4	6
5	<i>Purpose In Life</i>	2	3	5
6	<i>Personal Growth</i>	1	5	6
Total				35

Pada skala *psychological well being* dimodifikasi dari penelitian terdahulu Yusdhi (2021) dan dilakukan uji validitas melalui *professional judgment* oleh tiga orang ahli dalam bidang psikologi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melihat *Psychological Well Being* pada lansia yang tinggal di panti sosial tresna werdha. Total subjek dalam penelitian dalam penelitian ini sebanyak 30 orang lansia yang tinggal di panti sosial. Deskripsi data penelitian digunakan untuk mengetahui beberapa pokok data dari penelitian. Penelitian ini mencakup rerata hipotetik dan empirik. Adapun rerata hipotetik dan

empiric penelitian didapatkan dari skala *Psychological Well Being* yang dapat dilihat dari table berikut :

Tabel 2. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik *Psychological Well Being* Lansia yang tinggal di panti Sosial

Variable	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Lansia di Panti	0	35	17,5	5,8	21	31	25,1	1,6

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa skor mean empirik pada variabel *Psychological Well Being* lebih besar daripada skor hipotetik, sehingga rata-rata subek pada penelitian ini memiliki tingkat *Psychological Well Being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan populasi pada umumnya. Subjek dalam penelitian ini dikategorikan dalam skor interval yang telah ditetapkan menjadi 3 kategori terbagi atas tinggi, sedang dan rendah. Skor penilaian *Psychological Well Being* bergerak dari 0-1 dengan jumlah item 35 butir. Pengkategorian ini bertujuan untuk menempatkan masing-masing subjek kedalam kelompok yang terpisah, kategori skor dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3 Kategorisasi Skor *Psychological Well Being* pada Lansia yang tinggal di Panti Sosial

Skor	Kategori	Lansia di panti sosial	
		F	%
$x > 23,3$	Tinggi	24	80%
$11 > x < 23$	Sedang	6	20%
$x < 11,7$	Rendah	0	0%
Total		30	100%

Secara keseluruhan terdapat 30 subjek lansia yang tinggal di panti sosial. Total lansia dengan *Psychological Well Being* yang berada pada kategori tinggi yaitu 24 orang dengan persentase 80%, kemudian total lansia dengan kategori sedang sebanyak 6 orang dengan persentase 20% dan tidak ada lansia yang berada pada kategori rendah pada seluruh subjek penelitian.

Adapun deskripsi data *Psychological Well Being* berdasarkan masing-masing aspek pada lansia yang tinggal di panti sosial melalui tabel sebagai berikut :

Tabel 4 Kategorisasi skor subjek berdasarkan Aspek *Psychological Well Being*

Aspek	Kategori	Lansia di Panti Sosial	
		F	%
Penerimaan diri	Tinggi	23	76,7%
	Sedang	5	16,6%
	Rendah	2	6,7%
Hubungan positif	Tinggi	30	100%
	Sedang	0	0%
	Rendah	0	0%

Otonomi	Tinggi	9	30%
	Sedang	9	30%
	Rendah	12	40%
Penguasaan lingkungan	Tinggi	18	60%
	Sedang	7	23,3%
	Rendah	5	16,7%
Tujuan hidup	Tinggi	13	43,3%
	Sedang	15	50%
	Rendah	2	6,7%
Pengembangan diri	Tinggi	30	100%
	Sedang	0	0%
	Rendah	0	0%

Berdasarkan jenis tempat tinggal lansia pada aspek penerimaan diri lansia yang tinggal di panti sosial memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi. Menurut Papalia olds & Feldman (2013) bagi lansia mereka berpikir setiap hari kemungkinan hari terakhir baginya, sehingga ia akan memanfaatkan sisa waktunya dan menjalin hubungan baik dengan orang disekitarnya. Hal tersebut tergambar dari para lansia yang menyatakan bahwa ia telah menjalani hidup dengan baik dan selalu bekerja keras untuk terus melakukan hal-hal positif dalam menjalani sisa hidupnya.

Erikson (dalam Monks, 2002) menyatakan bahwa dalam proses individu menjadi tua, ia akan dipandang dari bagaimana hubungan individu tersebut dengan lingkungannya. Hasil pada aspek Hubungan positif lansia pada lansia yang tinggal di panti sosial berada pada kategori tinggi. Lansia mampu berkomunikasi dan menjalin hubungan baik dengan lingkungan sekitar, lansia yang tinggal di panti sosial yang selalu membantu satu sama lain dan saling memberi dukungan dalam melakukan setiap kegiatan di panti social (Sicam et al., 2021; Handrianto et al., 2022).

Pada aspek otonomi lansia panti sosial berada pada kategori sedang hingga rendah, sejalan dengan penelitian Pesik (2015) bahwa umumnya lansia yang tinggal di panti sosial kurang mampu mengungkapkan keinginan dan harus mengikuti aturan yang berlaku.

Penguasaan lingkungan pada lansia terkait dengan kemampuan lansia untuk mengatur lingkungan sesuai dengan kondisi dirinya. Lansia yang tinggal di panti sosial memiliki penguasaan lingkungan dengan kategori sedang hingga tinggi, hal ini terlihat ketika para lansia mampu untuk menciptakan lingkungan sesuai dengan keadaanya dan mampu mengendalikan diri seperti ketika lansia merasa bosan ia akan melakukan aktivitas fisik diluar rumah dan melakukan hal positif bersama orang-orang di lingkungan sosialnya.

Pada aspek tujuan hidup lansia di panti berada pada kategori tinggi, lansia memperoleh dukungan dari keluarga dan teman sebaya sehingga para lansia optimis untuk menjalani hidup dan mencapai tujuannya. Sejalan dengan penelitian Primardi (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya berpengaruh terhadap tujuan hidup lansia, jika lansia kurang memperoleh dukungan sosial maka tujuan hidup pada lansia juga akan rendah.

Pengembangan diri pada lansia yang tinggal di panti sosial berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian lansia di panti sosial melakukan aktivitas rutin seperti olahraga, kegiatan seni, membuat kerajinan tangan serta melaksanakan ibadah yang dibimbing langsung oleh para ustad/ustazah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukadari (2020) dengan adanya kegiatan rutin yang dilakukan lansia di taman lansia An-naba' bersama teman sebaya menciptakan pandangan positif dan meningkatkan rasa syukur atas nikmat yang masih bisa dirasakannya.

Cukup banyak faktor yang mempengaruhi tingkat *Psychological Well Being* pada lansia, namun faktor terpenting yang dapat meningkatkan *Psychological Well Being* yaitu dukungan sosial, baik dari keluarga, teman sebaya maupun kelompok sosial karna semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin baik pula tingkat *Psychological Well Being* pada individu tersebut (Ryff, 1989; Handrianto et al., 2021; Ramadhani et al., 2021). Secara keseluruhan tingkat *Psychological Well Being* pada lansia yang tinggal di panti sosial berada pada kategori tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terkait *Psychological Well Being* pada lansia yang tinggal di panti sosial, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut :Lansia yang tinggal di panti sosial tresna werdha Kasih Sayang Ibu memiliki tingkat *Psychological Well Being* yang tinggi jika dilihat dari mean empirik sebesar 25,1. Dengan demikian dapat menghilangkan stigma yang ada di masyarakat bahwa tidak semua lansia yang tinggal di panti asuhan atau jauh keluarga memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan lansia bisa memiliki kesejahteraan psikologis yang baik meskipun jauh dari keluarga.

DAFTAR RUJUKAN

- Athamukhaliddinar. (2019). *Subjective Well Being, Psychological Well Being dan Workplace Well Being Dengan Kesehatan Mental Karyawan Persero*. 2, 1–13.
- BPS.(2020).*Badan Pusat Statistika*.
- Handrianto, C., Jusoh, A. J., Goh, P. S. C., & Rashid, N. A. (2021). Using ADDIE model for designing instructional strategies to improve teaching competency of secondary school`s teachers. *Proceeding Webinar Konvensyen Kaunseling Kebangsaan Kali Ke-22*, Selangor: 29-30 June 2021. 361-371.
- Handrianto, C., Jusoh, A. J., Syuraini, S., Rouzi, K. S., & Alghazo, A. (2022). The implementation of a mentoring strategy for teachers` professional development in elementary school. *Elementary: Islamic Teacher Journal*, 10(1), 65-80.
- Hurlock, B Elizabeth. (2013). Psikologi Perkembangan. Jakarta. Erlangga.

- Jusoh, A. J., Amatea, E., & Daniels, H. (2015). Validity and reliability reality therapy counselor profile questionnaire in Malaysia. *International Journal of Choice Theory & Reality Therapy*, 35(1), 37-53.
- Jusoh, A. J. (2018). Choice theory and reality therapy in individual and group counseling in a Malaysian context. *International Journal of Choice Theory® and Reality Therapy*, 37(2), 75-85.
- Karni, A. (2018). Subjective Well-Being Pada Lansia Asniti Karni. *Syi'ar*, 18(2), 84–102.
- Monks, F.J, Knoers A.M.P & Haditono, S.R. 2002. Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: University Press.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). Human Development (Perkembangan manusia edisi 10 buku 2). Jakarta: Salemba Humanika.
- Pesik, V (2015) Perbedaan Psychological Well-Being Lansia Yang Tinggal Di Pantu Werda Dan Di Rumah. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Primardi, A., & Hadjam, M. N. R. (2010). Optimisme, harapan, dukungan sosial keluarga, dan kualitas hidup orang dengan Epilepsi. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 123-133.
- Ramadhani, D., Kenedi, A. K., Helsa, Y., Handrianto, C., & Wardana, M. R. (2021). Mapping higher order thinking skills of prospective primary school teachers in facing society 5.0. *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 8(2), 178-190.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Sicam, E. B., Umawid, M. D., Colot, J. D., Dagdag, J. D., & Handrianto, C. (2021). Phenomenology of parenting while schooling among filipino college student mothers in the province. *Kolokium*, 9(2), 80-94.
- Sukadari, Dea Komalasari, M., & Mabruri Wihaskoro, A. (2020). Studi Deskriptif Mengenai Psychological Well-Being Pada Lansia Di Taman Lansia An-Naba Tanggulangin Gunungkidul. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 157–173.
- Wardani, W. Kusuma. (2016). Analisis Faktor Penyebab Lansia Tinggal Di Pantu Werda.
- Yentika, Y. (2018). Konsep Diri Lansia Di Pantu Jompo. *Schoulid: Indonesian Journal Of School Counseling*, 3(2), 46.
- Yusdhi, Ilham. (2021). Perbedaan Psychological Well Being pada Dewasa Awal yang Mengalami Kecanduan Internet menurut 2 Kelompok Kecanduan.