

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam hidupnya akan mengalami serangkaian perkembangan dengan periode berurutan, mulai dari periode parental hingga lansia. Setiap masa yang dilalui merupakan tahap-tahap yang saling berkaitan dan tidak dapat diulang kembali. Hal yang terjadi di masa awal perkembangan individu, akan memberikan pengaruh terhadap tahap selanjutnya. Salah satu tahap yang akan dilalui oleh individu tersebut adalah masa lanjut usia (lansia).

Masa lansia adalah masa perkembangan terakhir dalam hidup manusia yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikis, dan sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Secara umum kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lansia mengalami beberapa perubahan, seperti 1) perubahan pada penampilan wajah, tangan, dan kulit, seseorang yang pada masa mudanya dianggap cantik, atau tampan akan merasa kehilangan daya tariknya jika memasuki masa tua, 2) perubahan pada bagian dalam tubuh, seperti fungsi otak yang menurun, hati, jantung, dan limpa, 3) perubahan panca indera, seperti penglihatan, penciuman, perasa, dan pendengaran, 4) perubahan seksualitas di dalam performa seksual, dan 5) perubahan motorik antara lain berkurangnya kecepatan, kekuatan, dan belajar keterampilan baru (Hurlock, 1991).

Hurlock (1991) menyebutkan bahwa perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan perubahan pada kondisi psikisnya. Salah satu contohnya perubahan motorik pada lansia, yang mengakibatkan dirinya tidak dapat mengerjakan aktivitas sebaik pada masa muda dulu, sehingga menyebabkan lansia menjadi rendah diri dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Selain perubahan di atas, lansia juga mengalami perubahan sosio-emosi. Bentuk-bentuk perubahan yang terjadi, seperti 1) kepribadian pada masa lansia, 2) bekerja dan masa pensiun, 3) hubungan konsensual dan 4) ikatan keluarga non marital.

Melihat masalah-masalah yang potensial, seperti yang sudah dipaparkan di atas, maka perlu diperoleh suatu cara untuk mencegah atau mengurangi beban dari masalah tersebut, untuk mempertahankan harapan hidup pada lansia. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh lansia adalah dengan mencapai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang optimal. *Psychological well-being* adalah suatu kondisi psikologis individu sehat, yang ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologis positif dalam proses mencapai aktualisasi diri. *Psychological well-being* terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff & Keyes, 1995).

Psychological well-being atau kebahagiaan pada lansia bergantung dipenuhi atau tidaknya “tiga A” dari kebahagiaan (*three A's of happiness*) yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (kasih sayang), dan *achievement* (pencapaian) (Hurlock, 1991), dan dijelaskannya bahwa jika lansia tidak dapat mencapai ketiga hal tersebut akan memunculkan perasaan rendah diri, merasa diabaikan oleh keluarga, dan menganggap prestasi masa lalu tidak memenuhi harapan. Selain itu, jika lansia tidak memiliki *psychological well-being* yang optimal, akan menghambat penyesuaian diri dengan orang lain (Bradburn & Noil, dalam Lou & Gui, 2011).

Sebaliknya, menurut Ryff (dalam Papalia, Olds, dan Feldman, 2009) orang-orang yang sehat secara psikologis memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, membuat keputusan sendiri, memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan, memiliki tujuan yang membuat hidup mereka bermakna, dan dapat mengembangkan diri. Berdasarkan paparan di atas, *psychological well-being* penting untuk dilakukan karena nilai positif dari kesehatan mental yang ada di dalamnya membuat seseorang dapat mengidentifikasi apa yang hilang dalam hidupnya (Ryff, dalam Compton, 2005).

Salah satu faktor yang mendukung *psychological well-being* adalah dukungan sosial (Ryff & Keyes 1995). Dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan merupakan bagian dari kelompok sosial (Taylor, 2009). Dukungan ini dapat berasal dari berbagai sumber diantaranya orang yang

dicintai seperti orang tua, pasangan, anak, teman, dan kontak sosial dengan masyarakat (Rietschlin, dalam Taylor, 2009). Menurut *Teori selektivitas sosio-emosi*, sumber utama dukungan sosial bagi lansia, mengutamakan kontak dengan individu yang sudah dikenal dan menyenangkan seperti pasangan, anak, dan teman, sehingga lansia lebih selektif dalam memilih jaringan sosialnya karena mereka sangat mementingkan kepuasan emosional (Cartensen, dalam Santrock, 2012).

Individu membangun dan memelihara hubungan sosial, sehingga membuat mereka untuk memilih dukungan sosial yang berbeda untuk fungsi yang berbeda, misalnya, orang-orang tertentu yang diandalkan untuk dukungan emosional, sementara yang lain untuk dukungan instrumental. Dukungan empiris untuk model konvoi sosial secara jelas mengidentifikasi pentingnya, melihat sumber yang berbeda dalam dukungan sosial yang berkaitan dengan usia karena kualitas dukungan sosial pada lansia meningkat seiring waktu (Kahn & Antonucci, dalam Gurung, Taylor, & Seeman, 2003). Kualitas hubungan telah terbukti mempengaruhi tingkat depresi, *well-being* dan kualitas hidup (Antonucci & Akiyama, dalam Chen & Miller, 2002), sehingga sumber dukungan yang berbeda menyebabkan *well-being* pada lansia juga berbeda.

Dukungan sosial perlu diteliti, secara khusus pada lansia karena ada perubahan relasi baik secara fisik, psikis, dan sosio-emosi. Penelitian yang dilakukan oleh (Citra; Hidajat, & Laksana, 2007), menemukan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*.

Namun, penelitiannya Citra(2010) melibatkan siswa sekolah menengah atas, sementara Hidajat & Laksana (2007) melibatkan lansia yang tinggal bersama anaknya. Penelitian mengenai dukungan sosial dengan *Psychological well-being* sudah ada namun, belum detail dijelaskan berdasarkan sumber dukungan yang berbeda. Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui secara statistik kontribusi dukungan sosial dari dua sumber yang berbeda yaitu pasangan, dan anak terhadap *Psychological well-being* pada lansia.

B. Rumusan Masalah

Untuk memudahkan penelitian, maka perlu dirumuskan masalah apa yang menjadi fokus penelitian. Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Seberapa besar kontribusi dukungan sosial dari pasangan, dan anak terhadap *psychological well-being* pada lansia.
2. Mengetahui gambaran dukungan sosial dari pasangan, dan anak, serta *psychological well being* pada lansia

C. Tujuan penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah diatas, yang menjadi tujuan dari penelitian ini sebagai berikut yaitu:

1. Mengetahui kontribusi dukungan sosial dari pasangan, dan anak terhadap *psychological well-being* pada lansia.

2. Mengetahui gambaran dukungan sosial dari pasangan, dan anak, serta *psychological well-being* pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki, manfaat baik secara teoritis maupun praktis yang akan dijelaskan sebagai berikut yaitu:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam memberikan informasi dan perluasan teori dibidang psikologi klinis, yaitu mengetahui kontribusi antara dukungan sosial dari pasangan, dan anak terhadap *psychological well-being* pada lansia.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam memberikan informasi dan perluasan teori dibidang psikologi perkembangan yaitu mengetahui hal-hal yang dapat membuat lansia mencapai tahap perkembangan *integrity* dengan mencapai *psychological well-being* yang optimal
- c. Selain itu juga, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur di bidang psikologi klinis, dan psikologi perkembangan sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis

a. Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada lansia agar mengetahui peranan dukungan sosial terutama dari pasangan, dan anak dalam mencapai *psychological well-being* yang optimal.

b. Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan, dapat memberikan informasi kepada keluarga, khususnya pasangan dan anak, agar memberikan dukungan sosial kepada lansia, terutama dalam menghadapi berbagai perubahan secara fisik, psikis, dan sosio emosi, sehingga lansia dapat mencapai *psychological well-being* yang optimal.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi ini sebagai berikut yaitu :

BAB I: PENDAHULUAN

Berisi uraian singkat mengenai latar belakang permasalahan, perumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan

BAB II: LANDASAN TEORI

Landasan teori berisi teori-teori yang berkaitan dengan variabel yang diteliti, hubungan antar variabel, kerangka berfikir dan hipotesis.

BAB III: METODE PENELITIAN

Berisi penjelasan mengenai metode penelitian yang berisi uraian tentang metode penelitian kuantitatif, identifikasi variabel, populasi dan metode pengambilan sampel, instrument yang digunakan, prosedur pelaksanaan penelitian, dan metode analisa data.

BAB IV: DESKRIPSI DATA DAN PEMBAHASAN

Berisi deskripsi data, interpretasi data dari hasil penelitian yang dilakukan dan selanjutnya membahas data-data penelitian tersebut dengan teori yang relevan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah ditentukan sebelumnya.

BAB V: KESIMPULAN

Berisi hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan dan saran-saran metodologis untuk penyempurnaan penelitian lanjutan serta saran-saran praktis sesuai hasil dan masalah-masalah penelitian.