

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Populasi lansia di dunia mengalami peningkatan pesat. Berdasarkan hasil penelitian Kinsella & Velkof (2001), bahwa sepanjang tahun 2000, populasi lansia dunia tumbuh lebih dari 795.000 setiap bulan (Papalia, 2008: 843), dan diperkirakan lebih dari dua kali lipatnya pada tahun 2025. Pada saat itu akan terdapat lebih dari 800 juta orang berusia di atas 65 tahun, dua pertiga dari mereka berada di negara berkembang (Papalia, 2008: 843).

Menurut Kinsella & Velkoff (Papalia, 2008: 843), pada saat ini orang hidup lebih lama, terutama di negara berkembang, berkat pertumbuhan ekonomi, nutrisi yang lebih baik, gaya hidup yang lebih sehat, peningkatan kontrol terhadap penyakit menular, dan akses yang lebih baik untuk mendapatkan air bersih, fasilitas sanitasi dan perawatan kesehatan.

Indonesia termasuk salah satu negara berkembang yang saat ini merupakan lima besar di dunia terbanyak jumlah penduduk lanjut usianya mencapai 18,04 juta jiwa pada tahun 2010 atau mencapai 9,6% (Sucipto, 2012). Sedangkan pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lanjut usia sekitar 28 juta jiwa (BPS, 1997). Jika tidak dilakukan upaya peningkatan kesejahteraan lanjut usia sejak sekarang akan menimbulkan permasalahan di kemudian hari. Kecenderungan timbulnya masalah ini ditandai dengan angka ketergantungan lanjut usia sesuai Susenas BPS 2008 sebesar 13,72% (Martono, 2011).

Dengan jumlah lansia yang terus meningkat, pemerintah membuat kebijakan untuk kesejahteraan lansia yang dituangkan dalam Undang-Undang Kesejahteraan Lanjut Usia (UU No 13/1998). Pasal 1 ayat 1 mengatakan bahwa kesejahteraan adalah suatu tata kehidupan dan penghidupan sosial baik material maupun spiritual yang diliputi oleh rasa keselamatan, kesusilaan, dan ketentraman lahir batin yang memungkinkan bagi setiap warga negara untuk mengadakan pemenuhan kebutuhan jasmani, rohani, dan sosial yang sebaik-baiknya bagi diri

keluarga, serta masyarakat dengan menjunjung tinggi hak dan kewajiban asasi manusia sesuai dengan Pancasila. Adanya peningkatan jumlah lansia, menyebabkan perlunya perhatian pada lansia tersebut, agar lansia tidak hanya berumur panjang, tetapi dapat menikmati masa tuanya dengan bahagia, serta meningkatkan kualitas hidup mereka. Meskipun banyak lansia dalam kesehatan yang baik, namun golongan ini tetap merupakan kelompok yang rentan terhadap penyakit karena terjadinya perubahan struktur dan fungsi tubuh akibat proses degeneratif.

Secara psikologis, lanjut usia merupakan fase perkembangan yang menuntut untuk bisa menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi secara fisik maupun psikis. Perubahan yang dirasakan oleh lansia dalam perkembangannya sebagai dewasa akhir, baik perubahan fisik, psikis, keadaan lingkungan, ditinggalkan pasangan dan anak, dalam kesendirian memberikan dampak yang cukup berat untuk mereka.

Hurlock (1991: 387) menjabarkan beberapa masalah umum bagi orang usia lanjut, yaitu: keadaan fisik lemah dan tidak berdaya sehingga harus tergantung pada orang lain, status ekonomi yang terancam sehingga harus menyesuaikan pola hidup, mencari teman baru untuk menggantikan suami/istri yang meninggal, mengembangkan kegiatan baru untuk mengisi waktu luang yang semakin bertambah, belajar memperlakukan anak yang sudah besar sebagai orang dewasa, mulai terlibat dalam kegiatan masyarakat yang direncanakan untuk orang dewasa, mulai menikmati kegiatan yang dikhususkan untuk orang lanjut usia, serta menjadi korban atau dimanfaatkan oleh para penjual obat dan kriminalitas karena mereka tidak sanggup untuk mempertahankan diri. Ciri-ciri usia lanjut cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada ke kebahagiaan. Itulah sebabnya mengapa menjadi tua ditakuti oleh sebagian orang.

Ketakutan untuk menjadi tua membuat lansia sulit menerima diri mereka, tujuan hidup menjadi tidak jelas, cenderung menarik diri dari lingkungan karena penurunan kondisi fisik, atau terlalu bergantung pada orang lain dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari karena kondisi fisik yang menurun, lansia tidak lagi

Dian Lidriani, 2014

Perubahan Psychological Well Being Pada Lansia Yang Mengikuti Program "Pesantren Masa Keemasan" Di Pesantren Daarut Tauhiid Bandung

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

menjadi pengambil keputusan atau yang membuat aturan, justru kebanyakan lansia akan mengikuti peraturan yang dibuat oleh orang lain yang lebih muda dari mereka. Semua hal tersebut akan mengganggu kesejahteraan psikologis lansia.

Hal ini diperparah oleh perhatian yang minim dari masyarakat terhadap kondisi kesejahteraan lansia, bahkan perhatian dari keluarga para lansia, sehingga sedikit sekali yang bisa memperhatikan bahkan memenuhi kebutuhan fisik dan psikis lansia. Untuk itulah pemerintah perlu mendorong dan memfasilitasi masyarakat untuk menyelenggarakan usaha-usaha kesejahteraan sosial untuk meningkatkan kesejahteraan lansia (Martono, 2011).

Salah satu studi dari Rogers *et al.* (1998), menemukan bahwa lebih dari setengah masalah yang ditemui lansia dalam aktivitas hariannya dapat dipecahkan melalui pendesainan kembali produk/sistem, pelatihan yang disesuaikan dengan usia atau keduanya (Papalia, 2008: 860).

Salah satu kegiatan yang terbentuk dalam masyarakat Bandung yaitu terselenggaranya program pesantren yang bertema “Pesantren Masa Keemasan” yang diselenggarakan oleh Pondok Pesantren Daarut Tauhiid Bandung. Program Pesantren Masa Keemasan merupakan kegiatan keagamaan khusus untuk lansia yang berusia 50 tahun ke atas. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu para lansia untuk memaksimalkan sisa usia mereka dalam beribadah dan mendekat kepada Allah *Subhanahu Wa Ta’ala* dengan harapan mencapai *husnul khatimah* (akhir hidup yang baik) dan diharapkan dapat membawa perubahan positif pada lingkungan keluarga, masyarakat, dan lingkungan kerja. Rangkaian kegiatan dalam program ini mengarahkan lansia untuk lebih menguatkan keyakinan mereka terhadap Allah *Subhanahu Wa Ta’ala*, memperbaiki dan memperbanyak ibadah mereka, serta mempersiapkan lansia untuk menghadapi akhir hidup yang bahagia dan penuh makna.

Suatu analisis dari studi penelitian yang berhubungan dengan sikap terhadap kegiatan keagamaan dan agama pada usia tua membuktikan bahwa ada fakta-fakta tentang meningkatnya minat terhadap agama sejalan dengan bertambahnya usia dan ada pula fakta-fakta yang menunjukkan menurunnya minat terhadap agama pada usia tersebut. Dalam hal melibatkan diri atau menjauhi bidang keagamaan,

Dian Lidriani, 2014

Perubahan Psychological Well Being Pada Lansia Yang Mengikuti Program “Pesantren Masa Keemasan” Di Pesantren Daarut Tauhiid Bandung

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

pada umumnya orang meneruskan agama atau kepercayaan dan kebiasaan yang dilakukan pada awal kehidupannya (Hurlock, 1999).

Moberg (dalam Hurlock, 1999) menyatakan bahwa agama merupakan salah satu faktor penting dalam penyesuaian pada masa tua. Hubungan antara menghadiri kegiatan keagamaan dan penyesuaian diri pribadi pada lansia mungkin banyak dipengaruhi oleh pengalaman sosial yang ditawarkan tempat-tempat ibadah daripada oleh pengalaman keagamaan itu sendiri. Tempat ibadah menawarkan kesempatan baik untuk meningkatkan kehidupan sosial dan persahabatan, dan hal itu dapat mengurangi perasaan kesepian.

Sebagai tambahan, agama dapat melepaskan kecemasan tentang kematian dan kehidupan setelah mati. Disamping itu juga ada bukti-bukti, seperti yang diungkapkan oleh Covalt (dalam Hurlock, 1999) bahwa, “kegiatan keagamaan mempunyai kelompok rujukan yang memberi dorongan dan rasa aman kepada mereka, sedangkan orang yang tidak masuk dalam kelompok agama manapun tampaknya kurang mendapat dorongan sosial semacam itu”.

Kesejahteraan memiliki banyak sisi, dan periset yang berbeda telah menggunakan kriteria yang berbeda untuk mengukurnya. Carol Ryff dan beberapa koleganya (Keyes & Ryff, 1999; Ryff, 1995, Ryff & Singer, 1998) menggunakan berbagai teori dari mulai Erikson sampai Maslow untuk mengembangkan model multidimensi yang mencakup enam dimensi kenyamanan dan skala *self report* untuk mengukur kesejahteraan. Keenam dimensi tersebut adalah penerimaan diri, relasi positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pertumbuhan personal. Menurut Ryff (Papalia, 2008: 805), orang yang sehat secara psikologis, memiliki sikap positif terhadap diri mereka sendiri dan orang lain. Mereka membuat keputusan mereka sendiri dan mengatur perilaku mereka sendiri, dan mereka memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Mereka memiliki tujuan yang membuat hidup mereka bermakna, dan mereka berjuang dan mengembangkan diri mereka sepenuh mungkin.

Ryff (1989: 1070) mengatakan bahwa suatu keadaan dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat

dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti hidup, serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu adalah bentuk dimensi dari konsep kesejahteraan psikologis (*psychological well being*).

Konsep Ryff berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak sekedar tidak adanya penyakit fisik saja. Kesejahteraan psikologis terdiri dari adanya kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis (*psychological well*). *Psychological Well-Being* (yang selanjutnya disebut sebagai PWB) merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya (Papalia, 2008: 805).

Menurut ulasan literatur yang berkaitan dengan kemungkinan efek agama terhadap kesehatan psikologis menyimpulkan bahwa, hanya sedikit basis empiris untuk menilai adanya keterlibatan agama terhadap kesehatan (Sloan & Bagiella, dalam Papalia, 2008: 907). Akan tetapi pada studi lain dengan cakupan yang lebih luas menemukan keterlibatan religius tampak memiliki pengaruh positif pada kesehatan mental serta fisik dan usia (Seybold & Hill, dalam Papalia, 2008: 908). Penelidikan terhadap riset ini menemukan asosiasi positif antara religiusitas atau spiritualitas dan kebahagiaan, kepuasan mental, fungsi psikologis, dan asosiasi negatif dengan bunuh diri, pembangkangan, kriminalitas, dan penyalahgunaan obat serta minuman keras (Seybold & Hill, dalam Papalia, 2008: 908). Agama dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis yang penting pada lansia dalam hal menghadapi kematian, menemukan dan mempertahankan perasaan berharga dan pentingnya dalam kehidupan, dan menerima kekurangan di masa tua (Koenig & Larson, dalam Santrock, 2006: 264).

Beberapa penelitian juga menunjukkan adanya hubungan positif antara agama dan keadaan psikologis lanjut usia, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Koenig, Goerge dan Segler (dalam Papalia & Olds, 1995) yang menunjukkan bahwa strategi menghadapi masalah yang tersering dilakukan oleh 100 responden

berusia 55 tahun – 80 tahun terhadap peristiwa yang paling menimbulkan stres adalah berhubungan dengan agama dan kegiatan religius.

Sebuah penelitian menyatakan bahwa lansia yang lebih dekat dengan agama menunjukkan tingkatan yang tinggi dalam hal kepuasan hidup, harga diri dan optimisme. Studi lain menyatakan bahwa praktisi religius dan perasaan religius berhubungan dengan *sense of well being*, terutama pada wanita dan individu berusia di atas 75 tahun (Koenig, Smiley, & Gonzales, 1988, dalam Santrock, 2006). Studi lain di San Diego menyatakan hasil bahwa lansia yang orientasi religiusnya sangat kuat diasosiasikan dengan kesehatan yang lebih baik (Cupertino & Haan, dalam Santrock, 2006).

Beberapa penelitian yang terkait juga dilakukan di Indonesia, di antaranya penelitian yang berjudul *Emotional Intelligence dan Psychological Well Being* pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan di Jakarta menyatakan bahwa semakin tinggi *emotional intelligence* diikuti dengan semakin baiknya *psychological well being* yang dimiliki para lansia (Hutapea, 2011). Sedangkan penelitian yang diterbitkan dalam jurnal dengan judul Hubungan Religiusitas dengan *Psychological Well Being* pada Lansia membuktikan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan *psychological well being* pada lansia (Maulina, 2011). Hal ini menunjukkan bahwa tinggi rendahnya PWB dapat dijelaskan dengan tinggi rendahnya religiusitas.

Berdasarkan penelitian di atas, peneliti ingin melanjutkan dua penelitian tersebut dengan menggunakan metode penelitian campuran untuk mendapatkan data yang lebih banyak dan mendalam dari subyek penelitian serta memberikan variabel lain yaitu kegiatan dalam program pesantren.

Program “Pesantren Masa Keemasan” (yang selanjutnya disebut PMK) bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia sehingga bisa menghadapi masa akhir mereka dengan penerimaan diri yang baik, tujuan hidup yang terarah, relasi sosial yang baik, otonomi yang baik, penguasaan lingkungan, serta mempersiapkan kematian dengan baik sebagai pertumbuhan pribadi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh program

PMK dalam meningkatkan PWB pada lansia di Pesantren Daarut Tauhiid Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perubahan *psychological well being* lansia sebelum dan setelah mengikuti rangkaian kegiatan pada program Pesantren Masa Keemasan tersebut.

Fokus permasalahan tersebut dapat dijabarkan melalui pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 1) Bagaimana gambaran *psychological well being* lansia sebelum dan sesudah mengikuti program pesantren?
- 2) Apakah ada perubahan dan sejauh mana perubahan *psychological well being* lansia setelah mengikuti program pesantren ditinjau dari aspek *self-acceptance, personal growth, positive relations with others, autonomy, purpose in life, dan environmental mastery*?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian dari rumusan masalah di atas, yaitu:

- 1) Mengetahui *psychological well being* lansia sebelum dan sesudah mengikuti program PMK.
- 2) Mengetahui apakah ada perubahan dan sejauh mana perubahan *psychological well being* lansia setelah mengikuti program PMK ditinjau dari aspek *self-acceptance, personal growth, positive relations with others, autonomy, purpose in life, dan environmental mastery*.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan dapat memberikan manfaat baik bersifat teoritis maupun bersifat praktis. Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan gambaran *psychological well being* pada lansia yang mengikuti kegiatan keagamaan.

- 2) Membuktikan bahwa kegiatan keagamaan, dalam hal ini PMK, dapat meningkatkan *psychological well being* pada lansia.

Adapun, manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi subjek, memberikan gambaran kondisi psikologis terhadap diri subjek sendiri serta sebagai sumber informasi dan acuan bagi subjek dalam menghadapi dan menjalani masa perkembangan dewasa akhir.
- 2) Bagi penyelenggara program pesantren, sebagai bahan evaluasi terhadap program yang telah berlangsung, serta dapat melakukan perbaikan dan peningkatan untuk melayani lanjut usia yang mengikuti program Pesantren Masa Keemasan selanjutnya.
- 3) Bagi masyarakat, memberikan informasi kondisi psikologis dan kebutuhan para lanjut usia, sehingga bisa memberikan mereka pelayanan yang lebih baik serta menjadikan program Pesantren Masa Keemasan atau kegiatan sejenis sebagai rekomendasi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.
- 4) Bagi pemerintah, memberikan informasi bahwa ada kegiatan positif yang dapat memberikan dampak positif juga terhadap kehidupan lansia, serta memberikan dukungan moril dan materil terhadap kegiatan tersebut dan kegiatan sejenis lainnya agar bisa menciptakan lansia yang berpotensi menurut Undang-Undang Kesejahteraan Lansia.

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Secara garis besar penulisan skripsi ini disusun dalam lima bab. Bab I Pendahuluan, berisi uraian tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta struktur organisasi skripsi.

Bab II Kajian Pustaka, Penelitian Terdahulu, dan Kerangka Pemikiran, berisi kajian teoretik tentang konsep-konsep dasar masa dewasa akhir (lansia), *psychological well being* (PWB), program Pesantren Masa Keemasan (PMK),

penelitian-penelitian terdahulu, kerangka penelitian yang melandasi penelitian dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian, menjelaskan metode dan pendekatan penelitian, subyek dan lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, dan teknik analisis data. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, berisi aparan data-data hasil penelitian serta pembahasan atau diskusi hasil temuan penelitian berdasarkan atas kajian teoritik sehingga lebih bermakna. Bab V adalah Kesimpulan dan Saran, yang berisi mengenai inti dari penelitian dan saran untuk perbaikan selanjutnya.

