

## WELL-BEING PADA LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI WERDHA ATAS DASAR KEPUTUSAN SENDIRI

Tjahyo Utomo & Eli Prasetyo

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

### Abstrak

Adanya tuntutan dari dunia yang semakin modern, lansia tampaknya seringkali dianggap sebagai hambatan bagi keluarga. Salah satu alternatif yang dapat diambil para lansia adalah tinggal di panti werdha sehingga dapat melanjutkan hidup mereka tanpa mengganggu anggota keluarga yang lain. Kekakuan mental pada lansia akan menjadikan hambatan tersendiri ketika beradaptasi dengan orang-orang lain di panti werdha sehingga secara langsung juga akan mempengaruhi *well-being* individu tersebut.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengungkap secara mendalam dan mendeskripsikan *well-being* pada lansia yang tinggal di panti werdha atas dasar keputusan sendiri. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara terhadap 2 orang informan yang merupakan warga dari panti werdha dan tinggal di panti werdha atas dasar keputusannya sendiri. Di dalam melihat *well-being* seseorang, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu bagaimana warga panti memiliki hubungan dengan keluarga, konflik dengan orang lain, kedekatan relasi dengan orang lain, otonomi, *problem solving*, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi dan fasilitas panti. Semua tema di atas saling berkaitan dalam membentuk *well-being* seseorang. Ketika salah satu tema tersebut tidak terpenuhi maka akan menurunkan *well-being* seseorang.

**Kata kunci:** *Well-being*, Lansia, Panti Werdha, Keputusan Sendiri

### PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan suatu periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock, 1980). Pada masa ini, seorang lansia menjadi lebih matang karena memiliki pengalaman hidup dan bersifat lebih bijaksana dalam pengambilan suatu keputusan. Namun ketika individu menjadi tua, banyak hal yang akan berubah dari individu tersebut. Semakin tua, kondisi seseorang akan semakin menurun atau mengalami regresi dalam berbagai segi. Kulit akan menjadi keriput dan tulang yang menopang tubuh tidak jadi sekuat dahulu. Perubahan lain yang dialami lansia adalah perubahan kognitif. Sama dengan fisik, kemampuan kognitif individu akan menurun ketika individu tersebut memasuki masa tuanya. Yang paling sering kita jumpai adalah penurunan daya ingat. Orang yang sudah tua biasanya mengalami hal tersebut sehingga pemenuhan kebutuhannya sangat bergantung kepada orang lain (Hurlock, 1980).

Dengan adanya tuntutan dari dunia yang semakin modern, lansia tampaknya seringkali dianggap sebagai hambatan bagi keluarga. Mereka menjadi seperti anggota keluarga yang merepotkan

dan membawa kesulitan tersendiri bagi keluarga. Tidak jarang anggota keluarga menitipkan para lansia ini pada panti werdha. Terdapat berbagai macam alasan lain yang mendasari seseorang untuk masuk ke dalam panti werdha misalnya atas anjuran dari keluarga, teman, ataupun lingkungan sosialnya serta atas keinginannya sendiri. Jika seorang lansia masuk dan tinggal di panti werdha, maka mereka akan mengalami suatu perubahan di dalam hidupnya. Yang paling menonjol adalah perubahan sosial. Disana mereka akan bertemu dengan teman sebayanya yang memiliki sifat dan karakter yang berbeda-beda. Untuk itu, lansia tersebut harus beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan kelompok sosialnya yang baru. Jika seorang lansia tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mereka akan merasa kesepian dan kesejahteraan mereka akan menurun. Selain itu, tidak banyak kegiatan yang dilakukan oleh para lansia yang tinggal di panti werdha.

Kesejahteraan atau *well-being* adalah fungsi dari dimensi yang independen dan afeksi positif dan negatif (Bradburn, 1969, dalam Kashdan Tood B., 2003). Kesejahteraan diartikan sebagai sebuah dimensi yang tergantung pada afeksi seseorang. Jika orang tersebut mempunyai afeksi yang positif maka kehidupannya akan sejahtera, begitu pula sebaliknya, jika afeksi negatif yang dimiliki, maka kehidupan seseorang tersebut tidak akan sejahtera. Aspek kognitif juga berperan dalam kesejahteraan individu. Dari definisi di atas, kesejahteraan tidak hanya dilihat dari afeksi seseorang. Peran kognitif pun dapat mempengaruhi kesejahteraan seseorang. Kognitif berperan sebagai pengevaluasi kehidupan individu dan menjadikannya pengalaman yang akan menilai apakah kehidupan tersebut sejahtera atau tidak.

*Well-being* berhubungan dengan tahap perkembangan yang ada pada lansia. Menurut Havighurst (1961) ada beberapa tahap perkembangan lansia yang salah satunya adalah membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia. Hal tersebut sesuai dengan salah satu dimensi *well-being* yaitu hubungan positif dengan orang lain. Jadi, dengan adanya hubungan positif dengan orang lain, lansia mampu memenuhi salah satu tugas perkembangan yang dilalui. Havighurst (1961) juga menyatakan bahwa tugas perkembangan lansia yang lain yaitu menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan, membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia, membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan, dan menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes. Hal ini sangat berkaitan dengan kesejahteraan lansia. Jika seorang lansia mampu memenuhi tugas perkembangannya dengan baik, maka lansia tersebut akan merasakan kesejahteraan dalam hidupnya. Begitu pula sebaliknya, jika seorang lansia tidak dapat memenuhi tugas perkembangannya maka kesejahteraan lansia tersebut akan menurun.

Lansia yang tinggal di panti werdha biasanya mengalami kesulitan pada penyesuaian diri dengan peran sosial secara luwes. Lansia akan merasa asing dengan lingkungan sosialnya yang baru jika Lansia tersebut dipindahkan ke panti werdha yang sebelumnya belum pernah mereka tinggali. Disana mereka bertemu banyak teman seusia yang beragam juga sifat dan karakternya. Menurut Hurlock (1980), salah satu perubahan mental yang terjadi pada lansia adalah mental yang kaku sehingga mereka juga membutuhkan usaha yang lebih untuk beradaptasi dengan situasi baru di Panti werdha. Hal tersebut biasanya disebabkan oleh ketidakcocokan sifat dan karakter pada masing-masing individu. Kedua hal inilah yang menghambat afeksi dan emosi positif serta evaluasi kognitif Lansia sehingga Lansia tersebut menjadi tidak sejahtera.

## KAJIAN TEORITIS

### *Well-being*

Menurut Bradburn (1969, dalam Kashdan Tood B., 2003), *well-being* adalah fungsi dari dimensi yang *independent* dan afeksi positif dan negatif. Sedangkan menurut Veenhoven (1997 : 34, dalam Kashdan Tood B., 2003), *well-being* didefinisikan sebagai satu kesatuan harapan afeksi dan kognitif mengenai kehidupan seseorang termasuk “seberapa baik kehidupannya, seberapa baik pengalamannya”. Selain itu, *well-being* juga diartikan sebagai sebuah kategori yang luas dari fenomena termasuk respon emosional seseorang, kepuasan diri, dan pandangan global dari kepuasan hidup (Diener et al., dalam van Horn Andre, 2007).

*Well-being* berhubungan dengan kesehatan mental pada seseorang. Jika seseorang memiliki kesehatan mental yang baik, biasanya orang tersebut akan menjadi lebih *well-being*. Hal ini didukung oleh pernyataan Ryff & Singer (dalam Papalia, Olds, Feldman & Gross, 2004) yang mengatakan bahwa kesehatan mental yang positif dipengaruhi oleh kesejahteraan dimana saling berhubungan antara kesehatan (*healthy sense*) dan diri (*self*).

Menurut Keyes, Ryff & Singer (dalam Papalia, Olds, Feldman & Gross, 2004) ada 6 dimensi *well-being* yaitu :

1. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Individu yang memiliki *well-being* yang baik adalah individu yang memiliki penerimaan diri yang baik. Jika individu mempunyai penilaian diri yang baik, maka individu tersebut memiliki sikap yang positif tentang dirinya, mengakui dan menerima banyak aspek dari diri sendiri termasuk bagus dan tidaknya kualitas dirinya, dan berpikir positif tentang masa lalu.

2. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*)

Pada dimensi yang kedua, *well-being* dipandang dari interaksi yang terjadi pada seorang individu dengan orang lain yang ada disekitarnya. Individu dikatakan memiliki *well-being* yang baik jika individu tersebut memiliki interaksi yang positif dengan orang lain. Interaksi positif tersebut antara lain memiliki kehangatan, kepuasan, dan kepercayaan dengan orang lain, terkait dengan kesejahteraan orang lain, memiliki empati, kasih sayang dan keintiman, serta mengerti, memberi dan menerima dalam hubungan antar manusia.

3. Otonomi (*Autonomy*)

Pada dimensi otonomi ini seseorang yang *well-being* lebih terlihat dari kemandiriannya dalam menghadapi sesuatu. Mereka lebih cenderung menjadi orang yang memiliki otonomi yang baik sehingga dapat melakukan pengambilan keputusan berdasarkan diri sendiri, tidak tergantung, dapat menahan tekanan sosial untuk berpikir dan membuat keputusan di jalan yang tepat, dapat mengatur perilaku dan menilai diri sendiri dari standarnya sendiri.

4. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Ketika seseorang dapat menguasai lingkungan, ia mampu melihat peluang-peluang yang ada dan akan berdampak positif bagi kehidupan orang tersebut. Seseorang yang mempunyai penguasaan lingkungan yang tinggi akan mempunyai rasa penguasaan dan kompetensi didalam mengatur lingkungan, dapat mengontrol dan mempersiapkan aktifitas eksternal, membuat sesuatu menjadi

efektif dengan menggunakan peluang yang ada dan dapat memilih atau membuat kebutuhan seseorang dengan tepat dan sesuai.

5. Tujuan hidup (*Purpose in Life*)

Individu yang memiliki *well-being* yang baik adalah orang yang mempunyai tujuan dan sasaran hidup, merasa menjadi pemimpin, merasakan arti dari kehidupan sekarang dan masa lalu dan memegang kepercayaan bahwa hidup memiliki arti.

6. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Pertumbuhan pribadi yang dimaksud adalah mempunyai rasa untuk terus berkembang, memaknai pertumbuhan dan perkembangan diri sendiri, terbuka pada semua pengalaman yang baru, menyadari potensi diri, melihat peningkatan diri dan perilaku setiap waktu serta, mengubah jalan jika melihat peluang baru yang lebih efektif.

## Lansia

Batas antara usia pertengahan dan usia tua adalah 60 tahun (Hurlock, 1980). Maramis (1994) mendefinisikan menua sebagai "berkurangnya kemampuan organisme untuk mempertahankan hidup ("*survive*"), atau "suatu proses kemunduran yang terjadi dalam tahap-tahap akhir dari hidup yang akhirnya mengakibatkan kematian".

Ada beberapa tugas perkembangan yang harus dilalui oleh lansia. Menurut Hurlock (1980) tugas perkembangan lansia adalah :

1. Lansia harus menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan dan kesehatan.
2. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga.
3. Menemukan aktivitas lain untuk menggantikan pekerjaan mereka.
4. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan.
5. Membentuk kelompok yang terdiri dari orang yang sudah Lansia untuk menghindari kesepian.
6. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
7. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.

Jika seorang individu tidak dapat melalui tugas perkembangannya dengan baik maka akan terjadi hambatan-hambatan pada diri individu tersebut. Begitu juga dengan lansia, mereka akan mengalami masalah ketika tidak dapat melakukan tugas perkembangannya.

Pada lansia, lingkungan sosial sangatlah menentukan bagaimana lansia tersebut akan berperilaku. Menurut Hurlock (1980), ada 3 hal yang mempengaruhi kontak sosial pada lansia, yaitu sahabat atau teman dekat (*Close, Personal Friendships*), kelompok sahabat dan perkumpulan (*Friendship Cliques*) atau kelompok formal (*Formal Group or Clubs*). Sikap lansia yang tercermin dalam perilaku sosialnya sangat dipengaruhi oleh bagaimana seorang lansia tersebut diperlakukan sebelumnya, entah oleh keluarga ataupun oleh lingkungan sekitar.

Penurunan fisik juga menyebabkan penurunan mental pada lansia. Mereka akan merasa tidak produktif lagi dan merasa tidak berguna di dalam keluarga. Mereka juga merasa menjadi beban bagi keluarga yang merawat mereka. Menurut Hurlock (1980), menurunnya rangsangan dari lingkungan dapat mempengaruhi penurunan mental pada lansia. Perubahan mental yang terjadi pada lansia adalah proses belajar (*Learning*), pemberian alasan (*Reasoning*), kreatifitas (*Creativity*), ingatan (*Memory*),

mengingat (*Recall*), mengenang (*Reminiscing*), selera humor (*Sense of Humor*), kosakata (*Vocabulary*), dan mental yang Kaku (*Mental Rigidity*).

### **Panti Werdha**

Ada beberapa keuntungan dan kerugian bagi lansia yang tinggal di panti werdha. Menurut Hurlock (1980), beberapa keuntungan dan kerugian itu antara lain:

#### a. Kelemahan

1. Lebih mahal daripada tinggal di rumah sendiri.
2. Seperti halnya makanan di semua lembaga, biasanya kurang menarik daripada masakan rumah sendiri.
3. Pilihan makanan terbatas dan seringkali diulang-ulang.
4. Berhubungan dekat dan menetap dengan beberapa orang yang tidak menyenangkan.
5. Letaknya seringkali jauh dari tempat pertokoan, hiburan dan organisasi masyarakat.
6. Tempat tinggalnya cenderung lebih kecil daripada rumah yang dulu.

#### b. Kelebihan

1. Perawatan dan perbaikan wisma dan perlengkapannya dikerjakan oleh lembaga.
2. Semua makanan mudah didapatkan dengan biaya memadai.
3. Perabot dibuat untuk rekreasi dan hiburan.
4. Terdapat kemungkinan untuk berhubungan dengan teman yang seusia yang mempunyai minat dan kemampuan sama.
5. Kesempatan yang besar untuk dapat diterima secara temporer oleh teman seusia daripada dengan orang yang lebih muda.
6. Menghilangkan kesepian karena orang-orang disitu dapat dijadikan teman.
7. Perayaan hari libur bagi mereka yang tidak mempunyai keluarga tersedia disini.
8. Ada kesempatan untuk berprestasi berdasarkan prestasi masa lalu, kesempatan semacam ini tidak mungkin terjadi dengan kelompok orang-orang muda.

### ***Well-being* Pada Lansia yang Tinggal Di Panti werdha Atas Keputusan Sendiri**

Lansia sering digambarkan sebagai orang yang menyusahkan karena mereka mengalami perkembangan yang negatif seperti kondisi tubuh yang lemah, penyesuaian diri yang buruk, tidak produktif, dan lain lain. Salah satu alternatif yang ada pada lansia adalah tinggal di panti werdha. Lansia yang tinggal di panti werdha secara otomatis tidak tinggal serumah dengan keluarganya sehingga mereka justru merasa kesepian dan kekurangan kasih sayang. Mengingat bahwa satu ciri khas lansia adalah kekakuan mental sehingga diprediksi lansia akan sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yang baru (Hurlock 1980), padahal dukungan sosial memiliki pengaruh yang besar pada *well-being* seseorang (Hendry, 2002). Dengan tinggal di panti werdha, kebutuhan mereka memang terpenuhi secara fisik, namun kebutuhan secara psikis tidak mereka dapatkan di panti werdha. Mereka jadi hidup terpisah dengan keluarga yang biasanya dekat dengan mereka.

Lansia yang tinggal di panti werdha atas dasar keputusan sendiri memang lebih dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Meskipun demikian mereka tidak lepas dari masalah-masalah yang terjadi pada dirinya, misalnya masalah pada lingkungan sosialnya. Hal tersebut tentu saja mengganggu kesejahteraan lansia tersebut karena salah satu dimensi dari *well-being* adalah hubungan positif dengan orang lain (Keyes, Ryff & Singer, dalam Papalia, Olds, Feldman & Gross, 2004 : 579). Dengan keadaan yang seperti di atas, lansia secara otomatis akan kehilangan kesejahtraannya (*well-being*) karena terpisah dari keluarganya. *Well-being* akan hilang dari lansia tersebut karena secara afektif lansia merasa tidak nyaman dengan hidupnya dan secara kognitif lansia tersebut merasa hidupnya tidak ideal. Menurut Diener (1994, dalam Van Horn Andre, 2007), *well-being* memiliki 2 komponen yaitu afektif dan kognitif. Seseorang yang memiliki *well-being* memiliki pandangan yang positif pada afektif dan kognitifnya. Afeksi adalah evaluasi dari kesenangan yang diatur oleh emosi dan perasaan sedangkan kognitif adalah penilaian dari kehidupan seseorang dimana orang-orang mengukur sampai dimana perkembangan kehidupannya. Kognitif juga mengukur apakah kehidupannya sesuai dengan pengharapannya atau tidak. Pada lansia yang tinggal di panti werdha mereka cenderung mengevaluasi emosi dan perasaan yang negatif karena mereka merasa kesepian dan jauh dari keluarga. Begitu juga dengan kognitif, mereka akan cenderung menilai hidupnya tidak sesuai dengan pengharapan mereka dan mereka merasa hidup mereka tidak ideal.

Berdasarkan penelitian Handoko D. N. (2007, Skripsi tidak di terbitkan) yang mengkaji lansia, didapatkan hasil bahwa semakin tinggi kebutuhan berafiliasi, maka semakin rendah kesepian yang dialami dan semakin rendah kebutuhan berafiliasi, maka semakin tinggi kesepian yang dialami. Oleh sebab itu, pengungkapan *well-being* pada lansia dapat menjadikan hidup lansia lebih bahagia meskipun mereka hidup jauh dari keluarganya.

Berdasarkan penelitian yang dipaparkan di atas dapat diketahui bahwa lansia mengalami kesepian karena tingkat afiliasinya rendah. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti akan berfokus pada *well-being* lansia yang tinggal di panti werdha, karena lansia yang tinggal di panti werdha tinggal terpisah dari keluarga. Penelitian ini ingin melihat gambaran *well-being* lansia yang tinggal di panti werdha atas dasar keputusan sendiri.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian dengan judul “*Well-being* Pada Lansia yang Tinggal Di Panti werdha atas dasar keputusan sendiri” ini menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan gambaran mengenai kesejahteraan lansia yang tinggal di panti werdha. Untuk itu peneliti menggunakan metode wawancara pada subjek, *significant other*, dan observasi agar dapat mengungkap lebih dalam tentang kesejahteraan. Pada tipe penelitian akan menggunakan pendekatan studi kasus. Menurut Hagan dan Yin (dalam Berg, 2004), studi kasus dapat difokuskan pada seseorang, sebuah kelompok, atau keseluruhan komunitas dan menggunakan pengumpulan data dari sejarah, dokumen, *in depth interview*, dan observasi partisipan. Model *thematic analysis* yang digunakan adalah *inductive thematic analysis*, yaitu proses pemilahan data yang dilakukan tanpa peneliti terlebih dahulu menetapkan tema-tema yang akan jadi panduan pemilahan. Peneliti menemukan tema-tema yang muncul dari data penelitian.

Subjek yang digunakan pada penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria tersebut adalah subjek adalah seorang

lansia yang berusia 60 tahun atau keatas dan tinggal di panti werdha atas dasar keputusan pribadi. Ada 2 orang subyek yang terlibat dalam penelitian ini.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua subjek maka didapatkan beberapa kesimpulan terkait dengan kondisi subjek. Subjek K dan subjek H mempunyai 1 kesamaan mengapa memilih panti werdha sebagai tempat tinggalnya yaitu tidak adanya pilihan lain. Tidak ada pilihan lain yang dimaksud adalah subjek tidak memiliki pilihan lain selain tinggal di panti werdha karena beberapa hal. Pada tahap ini subjek K dan subjek H mempunyai alasan yang berbeda-beda ketika memutuskan tinggal di panti werdha.

Berdasarkan dari hasil wawancara, alasan yang berbeda-beda tersebut dilatarbelakangi oleh beberapa faktor. Pada subjek K ada 3 faktor yang melatarbelakangi subjek K dalam memilih panti werdha sebagai tempat tinggalnya. Faktor pertama berupa adat yang diyakini oleh subyek. Dalam faktor ini, subjek mempunyai latar belakang ras yaitu Cina dimana orangtua tidak boleh tinggal dengan anak perempuannya ketika anak perempuan tersebut sudah menikah. Dalam adat Cina anak wanita yang sudah menikah berarti keluar dari keluarga aslinya. Hal ini bukan berarti anak subjek bukan menjadi anak subjek lagi melainkan anak subjek keluar dari keluarga dan mengikuti suaminya. Hal tersebut menjadikan subjek tidak mau tinggal dengan anak perempuannya. Faktor kedua yaitu menantu subjek dari anak kedua yang tidak mempunyai saudara atau anak tunggal. Oleh karena faktor kedua ini, orangtua dari suami anak subjek terpaksa tinggal dengan anak ke-2 subjek meskipun menantu subjek adalah perempuan. Orangtua dari suami anak subjek ini tidak mempunyai siapa-siapa lagi untuk merawat dirinya, sedangkan subjek sendiri menolak untuk tinggal bersama. Faktor ke tiga adalah kesukaan subjek tinggal di kota S. Dalam faktor ini subjek tidak mau tinggal dengan anak ketiganya karena ia tinggal di kota L yang berada di luar pulau Jawa. Subjek lebih suka tinggal di kota S karena lebih banyak keluarga tinggal di pulau Jawa dan tidak jauh dari kota S.

Pada subjek H, ada 3 faktor yang melatarbelakangi subjek H tinggal di panti werdha. Faktor pertama adalah kematian pasangan tanpa anak. Sesuai dengan pernyataan Craig (1996:612) bahwa lansia akan kehilangan pasangan hidupnya, hal tersebut terjadi pada subjek H dan mempengaruhi subjek untuk tinggal di panti werdha. Yang dimaksud kematian pasangan tanpa anak adalah meninggalnya istri subjek H dan subjek tidak memiliki anak untuk merawat dirinya. Kematian pasangan subjek H membuat subjek H berhenti bekerja karena subjek H sudah merasa tidak kuat lagi dengan kesibukan pekerjaannya seiring dengan bertambahnya usia. Selain itu, hal yang paling mempengaruhi subjek H tinggal di panti werdha adalah subjek H tidak mempunyai anak sehingga tidak ada yang merawat subjek H di hari tuanya. Faktor yang ke-2 adalah saudara kandung subjek yang tidak mau merawat subjek. Hal tersebut disebabkan karena semua saudara kandung subjek memilih untuk tinggal bersama anaknya masing-masing sehingga tidak ada lagi yang mau merawat subjek di masa tuanya. Faktor yang ke-3 adalah kesehatan. Bee (1994:463) mengatakan bahwa kesehatan adalah salah satu alasan yang paling kuat yang menyebabkan seseorang pensiun. Ketika usianya semakin bertambah dan kesehatan subjek menurun, subjek sudah merasa tidak kuat untuk bekerja melanjutkan usahanya. Suster yang merawat subjek tidak pernah kembali ketika sudah pulang kampung sehingga subjek memutuskan tinggal di panti werdha.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua subjek maka peneliti mengelompokkan hasil ke dalam tema-tema yang terkait dengan *well-being*. Tema-tema tersebut akan dibahas secara lebih detail sebagai berikut:

### Hubungan Dengan Keluarga

Pada tema ini membahas tentang bagaimana hubungan subjek K dan subjek H dengan keluarganya selama subjek K dan subjek H berada di panti werdha. Pada tema ini subjek mempunyai hubungan keluarga yang hampir sama yaitu mereka sama-sama dijenguk oleh keluarganya. Pada subjek K, keluarga yang menjenguk adalah anak beserta menantu. Sedangkan pada subjek H, yang menjenguk adalah keponakan dan saudara kandung.

Berdasarkan hasil wawancara subjek K memiliki hubungan dengan keluarga yang cukup erat. Anak-anaknya rutin menjenguk subjek dan subjek pun masih berhubungan dengan iparnya meskipun ipar subjek berada di luar negeri. Hal ini dikarenakan anak subjek tinggal di kota yang sama dengan panti S dan ipar subjek sudah mempunyai hubungan baik dengan subjek sejak awal. Anak subjek pun yang berada di luar pulau tetap menjenguk subjek meskipun durasinya cukup lama. Sedangkan pada subjek H keponakan yang rutin menjenguk subjek hanyalah 1 orang. Hal tersebut dikarenakan keponakan subjek disertai tanggung jawab oleh subjek untuk mengurus administrasi setiap bulannya. Keponakan subjek dan saudara subjek juga menjenguk subjek namun sangat jarang.

### Konflik Dengan Orang Lain

Pada tema ini membahas tentang bagaimana subjek K dan subjek H mengalami konflik dengan orang lain. Subjek K dan subjek H memiliki konflik yang berbeda ketika berada di panti werdha. Pada tahap ini subjek K melalui banyak konflik baik dengan teman sekamarnya maupun dengan warga panti werdha. Sedangkan pada subjek H juga melalui konflik tetapi tidak sebanyak subjek K.

Berdasarkan hasil wawancara konflik yang terjadi pada subjek K dan subjek H dipicu oleh beberapa faktor. Pada subjek K ada 2 faktor yang mempengaruhi konflik. Faktor pertama adalah keegoisan teman sekamar subjek K. Konflik yang sering terjadi diantara subjek K dan teman sekamarnya sering dikarenakan egoisnya teman sekamar subjek. Hal ini sesuai dengan pernyataan Deeken (1986:25) bahwa orang yang sudah lansia dan merasakan kekuatannya semakin surut mempunyai kompensasi yang berbahaya yaitu kesombongan, keras kepala dan rasa yang paling benar tanpa batas. Keegoisan tersebut berupa sikap yang negatif yang mengganggu subjek seperti membuat suara-suara saat subjek tidur dan mengkomplain kipas angin yang sebetulnya tidak mengganggu. Faktor ke-2 yang mempengaruhi konflik dengan warga panti adalah kepribadian subjek yang keras. Kerasnya kepribadian subjek membuat subjek tidak dapat berdamai dengan salah satu warga panti yang memusuhi dirinya. Sedangkan pada subjek H ada 1 faktor yang mempengaruhi adanya konflik yaitu kesalahpahaman. Bentuk konflik yang terjadi antara subjek H dan warga panti lainnya berupa kesalahan yang tidak disengaja dan timbulah konflik tersebut.

### Kedekatan Relasi Dengan Orang Lain

Pada tema ini membahas tentang bagaimana subjek K dan subjek H memahami kondisi dirinya dan orang lain dalam membina relasi. Pemahaman tersebut berisi tentang pandangan-pandangan subjek tentang orang lain dan bentuk peduli subjek terhadap warga panti lainnya. Subjek K dan subjek

H mempunyai cara yang berbeda-beda dalam memahami orang lain. Subjek K lebih memperhatikan dan lebih peduli terhadap warga di panti, melakukan pendekatan dan akhirnya dapat memahami apa yang diinginkan warga panti. Ketika hubungan dengan teman semakin tinggi, lansia akan merasakan hubungan emosional secara positif karena dia memiliki waktu untuk berbagi cerita dengan sesama (Pinquart dan Sorensen, 2000). Sedangkan subjek H memahami warga panti dengan cara melihat bagaimana sikap warga panti setiap harinya kemudian mengambil kesimpulan tentang sikap warga panti dan memahaminya. Subjek H memahami dengan cara menjauhi warga yang bersikap buruk dan menjaga jarak pada setiap orang agar tidak terbina hubungan yang terlalu erat. Menurut subjek, hubungan yang terlalu erat ini sering menimbulkan kesalahpahaman. Cara subjek dalam memahami seseorang ini dilaluinya lewat pengalaman. Hal ini didukung oleh sifat subjek yang sering menggunakan pengalamannya baik untuk belajar maupun bekerja.

### Otonomi Subjek

Pada tema ini membahas tentang bagaimana subjek K dan subjek H mengambil keputusan di jalan yang tepat dan kemandirian subjek dalam mengerjakan sesuatu serta bagaimana subjek mengatur perilaku-perilakunya (Keyes, Ryff & Singer, dalam Papalia, Olds, Feldman & Gross, 2004 : 579). Subjek K dan subjek H merupakan orang yang mandiri dalam melakukan sesuatu.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek K adalah orang yang mandiri. Hal tersebut disebabkan karena tubuh subjek K yang sehat dan subjek K sering melakukan aktivitas atau kegiatannya sendiri. Bahkan mencuci baju yang bukan tugasnya pun dilakukan sendiri oleh subjek K. Sedangkan pada subjek H kemandirian terlihat dalam 2 bentuk yaitu kemandirian dalam bekerja dan kemandirian dalam menghadapi masalah termasuk masalah dengan warga panti ataupun masalah penyakit yang dialami. Pada masa mudanya subjek H adalah pekerja keras dan mandiri. Ia tidak mau dibantu oleh siapapun termasuk keluarganya sendiri dalam hal bekerja. Hal ini disebabkan oleh 2 faktor yaitu nilai hidup mandiri subjek yang sangat kuat dan pengalaman subjek. Nilai hidup mandiri yang sangat kuat ini sangat mempengaruhi kemandirian subjek karena hal tersebut merupakan faktor internal yang terdapat dalam diri subjek sendiri. Sedangkan pengalaman hidup subjek adalah faktor eksternal yang mendukung subjek. Pengalaman tersebut berupa perjalanan hidup mandiri yang ia lalui dan berhasil. Faktor keberhasilan tersebut juga mendukung subjek untuk semakin hidup mandiri. Bentuk lain dari kemandirian subjek H adalah kemandirian dalam menghadapi masalah yang ada. Masalah yang dimaksud adalah masalah dengan seseorang dan masalah dengan penyakit subjek sendiri. Dalam menghadapi masalah dengan orang lain subjek mempunyai cara tersendiri agar subjek *survive* dari masalah tersebut. Begitu juga dalam menghadapi penyakit yang dideritanya subjek mempunyai cara agar penyakitnya tidak kambuh. Kedua hal tersebut juga disebabkan oleh faktor eksternal yaitu pengalaman hidup subjek. Dalam pengalaman tersebut subjek terus memperbaiki hidupnya agar menjadi lebih baik.

### Problem Solving

Pada tema ini membahas tentang bagaimana subjek K dan subjek H mengatasi berbagai masalah yang dihadapi yaitu masalah dengan warga panti S. Selain itu, *problem solving* juga berisi tentang cara-cara subjek dalam menghadapi sesuatu yang menyulitkan dirinya. Dalam melakukan *problem solving* subjek K dan subjek H memiliki cara yang berbeda.

Berdasarkan hasil wawancara Subjek K lebih memilih bersabar ketika permasalahan tersebut adalah permasalahan yang sederhana. Namun ketika permasalahan tersebut dirasa cukup berat maka subjek K akan marah. Sedangkan pada subjek H, subjek akan menghindari orang yang menurutnya akan mengganggu kenyamanan hidupnya. Jadi sebelum terjadi permasalahan subjek lebih dulu menghindarinya. Selain cara menghindari masalah dengan warga panti, subjek juga berusaha untuk belajar tentang hal yang tidak ia ketahui. Belajar bahasa Indonesia contohnya. Subjek belajar bahasa Indonesia dengan cara membeli buku bahasa Indonesia dan membacanya sendiri. Hal ini berkaitan dengan prinsip hidup mandiri subjek yang melakukan segala sesuatunya sendiri.

### Penguasaan Lingkungan

Pada tema ini berisi tentang bagaimana subjek K dan subjek H beradaptasi dengan lingkungannya. Adaptasi tersebut berupa proses penyesuaian diri, perasaan, dan pandangan subjek terhadap lingkungan disekitarnya. Seseorang yang mempunyai penguasaan lingkungan yang tinggi akan mempunyai rasa penguasaan dan kompetensi didalam mengatur lingkungan, dapat mengontrol dan mempersiapkan aktifitas eksternal, membuat sesuatu menjadi efektif dengan menggunakan peluang yang ada dan dapat memilih atau membuat kebutuhan seseorang dengan tepat dan sesuai (Keyes, Ryff & Singer, dalam Papalia, Olds, Feldman & Gross, 2004 : 579).

Berdasarkan hasil wawancara, subjek K memiliki penyesuaian diri dengan cara mengalah pada orang yang berbuat kesalahan pada dirinya. Namun hal tersebut hanya berlaku untuk teman sekamar subjek saja. Untuk warga panti yang lain subjek lebih memilih untuk menghindarinya bahkan tidak bertegur sapa dengan warga tersebut. Hal ini disebabkan oleh faktor internal subjek yaitu kepribadian subjek sendiri. Subjek memiliki kepribadian yang keras sehingga subjek tidak mau menyapa warga panti yang bermusuhan dengan dirinya. Sedangkan pada subjek H lebih mengarah pada pandangan-pandangan subjek H terhadap lingkungan disekitarnya dan perasaan subjek H berada pada lingkungan tersebut. Subjek H memandang bahwa warga panti S yang berkelahi adalah warga yang egois karena mereka mementingkan diri mereka masing-masing. Subjek H pun juga merasa tidak cocok tinggal di panti werdha. Hal ini berkaitan dengan pertumbuhan pribadi subjek yaitu subjek tidak dapat berkembang dan menjalankan kegiatan yang paling disukai.

### Pertumbuhan Pribadi

Pada tema ini berisi tentang pertumbuhan pribadi yang terjadi pada subjek K dan subjek H. Pertumbuhan pribadi ini berisi tentang bagaimana subjek dapat berkembang, menyadari potensi diri dan dapat melihat peningkatan diri dan perilaku (Keyes, Ryff & Singer, dalam Papalia, Olds, Feldman & Gross, 2004 : 579). Pada subjek K, pertumbuhan pribadi yang terjadi adalah subjek mempunyai aktivitas di panti, subjek dapat melaksanakan hobinya ketika berada di panti dan subjek merasa kondisi tubuhnya tidak menurun. Hal tersebut dikarenakan subjek mempunyai hobi yang sederhana seperti menonton TV, memasak, menjahit, dan lain-lain yang dapat dilakukan selama subjek berada di panti S. Berbeda dengan subjek H, pertumbuhan pribadi yang dialami oleh subjek H adalah pertumbuhan pribadi yang lebih mengarah pada penerimaan diri subjek H. Selama tinggal di panti S subjek H tidak dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang disukai termasuk hobinya karena hobi subjek H tidak sederhana seperti subjek K. Hobi subjek H adalah bekerja dan kegiatan tersebut tidak dapat subjek H lakukan di panti. Hal ini termasuk dalam pola penuaan *Apathetic* yaitu subjek memiliki sedikit peran dalam aktifitas dan tidak terlalu berharap pada kehidupan yang sukses (Stevens-Long, 1979). Hal ini bisa

menjadi pertumbuhan pribadi yang negatif untuk subjek. Namun subjek tetap memiliki pertumbuhan pribadi yang positif yaitu penerimaan diri subjek terhadap segala sesuatu yang di terimanya seperti penyakit yang dideritanya.

### Harapan Subjek

Pada tema ini berisi tentang harapan-harapan yang subjek inginkan. Harapan subjek juga termasuk harapan masa lalu dan harapan saat ini. Harapan masa lalu dan saat ini juga termasuk harapan subjek pada dirinya sendiri, keluarganya dan orang lain. Harapan subjek pada dirinya sendiri adalah harapan agar dirinya sehat dan mempunyai hidup yang damai. Harapan subjek pada keluarganya adalah harapan agar anak subjek mempunyai pekerjaan yang baik dan mudah mencari jodoh. Selain mempunyai harapan pada anak, subjek juga mempunyai harapan pada pasangan hidupnya yang menjadi harapan masa lalu yaitu subjek K tidak ingin mempunyai pasangan hidup seorang perokok. Harapan subjek yang terakhir adalah harapan subjek pada teman sekamarnya. Subjek mempunyai harapan pada teman sekamarnya karena subjek K dan teman sekamarnya sering mempunyai masalah. Subjek hanya berharap teman sekamarnya itu dapat mengerti ketika dinasehati dan subjek berharap agar mereka tidak bertengkar.

### Fasilitas Panti

Pada tema ini berisi tentang fasilitas panti yang dirasakan subjek K dan subjek H. Fasilitas panti berupa pelayanan panti ketika subjek sakit dan berupa jasa dokter yang disediakan oleh panti serta apapun yang disediakan oleh panti S. Fasilitas yang dirasakan oleh subjek tidak selalu fasilitas yang menguntungkan subjek, ada beberapa fasilitas yang dianggap kurang.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek K dan subjek H merasakan fasilitas panti yang berbeda. Pada subjek K, subjek K merasakan fasilitas panti yang berguna bagi dirinya seperti adanya dokter dan jasa pengantaran ke rumah sakit dengan gratis. Sedangkan pada subjek H, subjek H merasakan fasilitas panti yang kurang seperti tidak adanya dokter spesialis dan sulitnya membaca koran ketika di panti.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari analisa hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *well-being* pada lansia yang tinggal di panti werdha didasarkan pada afektifitas yang bersifat individual dan evaluasi kognitif dari kehidupan individu tersebut. Ketika seseorang individu sudah tinggal dalam waktu yang cukup panjang akan memiliki keterikatan secara afektif terhadap situasi yang ada di sekitarnya maka akan membantunya untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini tampak dari hasil wawancara yang menyebutkan bahwa kedua subyek sudah tinggal cukup lama di panti werdha. Selain itu, evaluasi kognitif terhadap kondisi yang terjadi di sekitarnya seperti konflik dengan orang lain, kedekatan relasi dengan orang lain, otonomi, *problem solving*, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi dan fasilitas panti juga akan membantu individu untuk merasa lebih *well-being*. Semua tema ini saling berkaitan untuk dapat melihat *well-being* atau tidaknya seseorang yang tinggal di panti werdha.

Hubungan dengan keluarga mempunyai peranan penting pada *well-being* atau tidaknya seseorang. Lansia yang rutin dijenguk oleh keluarganya memiliki *well-being* yang lebih baik daripada yang tidak. Perhatian dan dukungan yang diberikan oleh keluarga membuat warga panti lebih nyaman tinggal di panti werdha.

Konflik dengan orang lain juga mempengaruhi *well-being* tidaknya seseorang. Dengan adanya konflik yang terjadi, seseorang akan cenderung memikirkan bagaimana jalan keluar yang paling tepat atau bisa disebut *problem solving*. Ketika seseorang mampu mengatasi berbagai konfliknya dengan orang lain maka ia akan mempunyai penguasaan lingkungan yang baik. Penguasaan lingkungan yang baik membuat seseorang mudah untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Dengan penguasaan lingkungan yang baik, maka seseorang akan lebih mudah untuk menjalin relasi dengan warga panti lainnya.

Selain itu, otonomi juga mempengaruhi *well-being* tidaknya seseorang karena seseorang yang mempunyai otonomi yang baik dapat melakukan sendiri segala kegiatan yang ada. Pertumbuhan pribadi seseorang juga mempengaruhi *well-being* atau tidaknya seseorang karena pada pertumbuhan pribadi ini subjek dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang disukai termasuk hobinya. Fasilitas panti yang baik juga mempengaruhi *well-being* tidaknya seseorang ketika tinggal di panti werdha. Fasilitas panti yang baik adalah fasilitas yang menyediakan kebutuhan-kebutuhan subjek baik secara fisik maupun secara psikis.

Semua tema di atas saling berkaitan dalam membentuk *well-being* seseorang. Ketika salah satu tema tersebut tidak terpenuhi maka akan menurunkan *well-being* seseorang, tergantung bagaimana orang tersebut memaknai apa yang tidak dapat dicapai. Pada penelitian ini terdapat contoh penurunan *well-being* yang dikarenakan pertumbuhan pribadi negatif yang terjadi. Informan memaknai pertumbuhan pribadi adalah salah satu bagian terpenting dalam hidupnya, maka tingkat penurunan *well-being* akan semakin tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang ada, maka masih terbuka kemungkinan untuk mengadakan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *well-being* pada lansia seperti dinamika kognitif atau afeksi yang bersifat positif. Penelitian lanjutan juga dapat dilakukan dengan melakukan wawancara secara mendalam dan dikomparasikan melalui metode observasi sehingga mendapat gambaran yang lebih menyeluruh. Penelitian dapat pula dilakukan dengan jenis penelitian longitudinal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bee, H. (1994). *Life Span Development*. USA: Harper Collins College Publishers.
- Craig, G.J. (1996). *Human Development*. New Jersey: Prentice Hall.
- Deeken, A. (1986). *Usia Lanjut*. Yogyakarta: Kanisius.
- Departemen Sosial. Penduduk Lanjut Usia Di Indonesia dan Masalah Kesejahteraanya. [On-line]. Diambil pada tanggal 23 April 2010 dari <http://www.depsos.go.id/modules.php?name=News&file=print&sid=522>.
- Havighurst, R.J. (1961). *Human Development And Education*. New York: David McKay Company, Inc.
- Hendry, L.B. & Kloep M. (2002). *Life Span Development: Resources, Challenges, & Risks*. (2002).

London: Thomson Learning.

- Hoorn, A.V. (2007). A Short Introduction To Subjective *Well-being*: Its Measurement, Correlates And Policy Uses. *Research Centre of the European Commission and the Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD)*.
- Hoyer, W.J., Rybash, J.M., & Roodin, P.A. (1999). *Adult Development And Aging* (4<sup>th</sup> edition). USA: McGraw Hill Companies.
- Hurlock, E.B. (1980). *Developmental Psychology*. USA: Mc Graw Hill.
- Hurlock, E.B. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pedekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa: Istiwidyanti. Jakarta: Erlangga.
- Kashdan, T.B., (2003), The Assesment Of Subjevtive *Well-being* (Issues Raised By The Oxford Happiness Questionnaire). *Pergamon Journal Of Personality and Individual Difference*, 36, 1225-1232.
- Maramis, W.F. (1994). *Siap Menjadi Tua*. Malang : DIOMA.
- Mussen, P.H, Congen, J.J., Kagan, J., & Geiwitz J. (1979). *Psychological Development: A Life Span Approach*. New York: Harper & Row Publishers.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., Feldman, R.D., & Gross, D. (2004). *Human Development*. USA: Mc Graw Hill.
- Papalia, D.E., Sterns, H.L., Fieldman, R.D. & Camp, C.J. (2002). *Adult Development And Aging*. New York: McGraw Hill.
- Pikunas, J. (1976). *Human Development An Emergent Science (3<sup>rd</sup> edition)*. USA: McGraw Hill.
- Pinquart, M., Sorensen, S. (2000). Influences Of Socioeconomic Status, Social Network, And Competence, On Subjective *Well-being* in Later Life: A Meta-Analysis. *Journal Of Psychology And Aging*, 15, 187-224.
- Poerwandari, K. (1998). *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Santrock, J.W. (1985). *Adult Development And Aging*. USA: Brown Publishers.
- Santrock, J.W. (1999). *Life Span Development (7<sup>th</sup> edition)*. USA: McGraw Hill.
- Stevens-Long, J. (1979). *Adult Life (2<sup>nd</sup> edition)*. USA: Mayfield Publishing Company.
- Trimarjono. (1995). *Usia Lanjut, Masalah Kita*. Surabaya: Yayasan Gerontologi.