

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu akan melalui berbagai tahapan perkembangan kehidupan sebelum mencapai tahap akhir, yaitu lanjut usia (lansia). Tahapan tersebut meliputi masa neonatus, bayi, anak-anak, remaja, hingga dewasa, yang pada akhirnya membawa seseorang ke tahap lansia. Lansia didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai usia 65 tahun atau lebih. Meskipun sering dikaitkan dengan masalah sosial, lansia bukanlah suatu penyakit melainkan bagian dari proses alami tubuh. Proses ini melibatkan perubahan pada deoxyribonucleic acid (DNA), ketidaknormalan kromosom, serta penurunan fungsi organ tubuh. Berdasarkan data, sekitar 65% lansia dengan gangguan kesehatan bergantung pada seseorang untuk mengingatkan mereka tentang kondisi kesehatannya, sedangkan 35% lainnya hidup seorang diri. (Nfalia, 2021).

Menurut Riyanti & Choiriyati (2021) Masa lansia ditandai oleh berbagai perubahan, baik dalam aspek fisik, psikologis, maupun sosial, yang secara langsung memengaruhi kondisi tubuh dan mental mereka. Perubahan fisik yang terjadi pada lansia seringkali berdampak pada kondisi psikologis mereka. (Yaslina *et al*, 2021). Perubahan fungsi dan bentuk tubuh yang dialami lansia dapat memengaruhi aspek sosial dan ekonomi mereka, terutama karena pada usia tersebut mereka mulai memasuki masa pensiun. Proses degeneratif juga berdampak pada menurunnya kinerja lansia, sehingga mereka sering dianggap tidak mampu bekerja secara optimal. Kondisi ini dapat menjadi sumber stres bagi lansia, dan jika stress tersebut tidak ditangani dengan baik, hal itu dapat memicu gangguan psikologis. Menurut Cahyadi *et a.*, (2022) Perubahan psikologis pada lansia dipengaruhi oleh perubahan peran dan kemampuan

fisik mereka dalam menjalankan aktivitas, baik yang berkaitan dengan kebutuhan pribadi maupun partisipasi dalam kegiatan sosial di masyarakat.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Jawa Tengah tahun 2023, jumlah penduduk lanjut usia meningkat menjadi 5,07 juta jiwa, atau sekitar 13,50 persen dari total populasi. Peningkatan jumlah lansia ini berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan, terutama karena pada usia tersebut produktivitas cenderung mengalami penurunan. Menurut Petrova & Khvostikova, (2021) WHO melaporkan 236 lansia per 100.000 penduduk mengalami gangguan kejiwaan. Berbagai masalah yang dialami lansia sering kali membuat mereka sangat membutuhkan bantuan dalam perawatan, kasih sayang, dan perhatian dari orang-orang terdekat. Beberapa masalah yang dialami lansia membuat mereka tidak mampu menerima perubahan di tahap perkembangan akhir, sehingga mereka menjadi kesepian, stress, bahkan depresi. Kondisi ini pada akhirnya berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Menurut Ezalina *et al*, (2023) Kesejahteraan psikologis adalah kondisi di mana individu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu mengambil keputusan secara mandiri, mengendalikan perilaku, serta menyesuaikan lingkungan agar sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu, individu juga berusaha untuk memahami dan mengembangkan dirinya. Kesejahteraan psikologis mencerminkan sejauh mana fungsi psikologis seseorang berjalan dengan baik dan positif. Menurut Gosyen Lazero Annan & Marselius Sampek Tondok, (2022) Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi umur, jenis kelamin, penilaian terhadap berbagai aspek kehidupan, serta kepribadian individu. Sementara itu, faktor eksternal mencakup status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, dan pekerjaan. Penurunan kesejahteraan psikologis pada

lansia dapat berdampak negatif pada kehidupan mereka di masa depan. Pada usia lanjut, lansia sering mengalami gangguan psikologis, seperti mudah tersinggung, cepat marah, lebih sensitif, merasa diabaikan, dan bagi sebagian lansia, sulit menerima kenyataan bahwa mereka sudah memasuki usia lanjut (Wardhani *et al*, 2020).

Menurut Sitepu *et al*, (2022) Lansia dengan kesejahteraan psikologis yang baik dapat dikenali melalui terpenuhinya enam aspek penting dalam kesejahteraan psikologis. Enam aspek tersebut antara lain: 1) penerimaan diri, yaitu kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya apa adanya; 2) hubungan positif dengan orang lain, yang mencakup interaksi yang sehat dan mendukung; 3) otonomi, yang berarti individu mampu membuat keputusan secara mandiri tanpa tekanan atau campur tangan dari orang lain; 4) penguasaan lingkungan, yaitu kemampuan untuk mengendalikan situasi dan lingkungan sekitar; 5) memiliki tujuan hidup, yang memberikan arah dan makna dalam kehidupan; dan 6) pertumbuhan diri, yaitu kemampuan individu untuk terus meningkatkan kualitas diri secara positif.

Menurut penelitian Maulidhea & Syafiq (2022) Penerimaan diri pada sebagian lansia yang tinggal di panti dapat dikatakan cukup baik, terbukti dengan kemampuan mereka untuk menerima perubahan dalam hidup, seperti tinggal di panti. Mereka dapat memahami bahwa kondisi tersebut membawa kelebihan tertentu yang membantu mereka menjalani kehidupan dengan lebih baik. Namun, pada lansia yang baru beberapa bulan tinggal di panti, penerimaan diri mereka cenderung buruk, yang terlihat dari tingkat emosional yang tinggi dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Menurut penelitian Sa'id & Djudiyah (2019) Kebermaknaan hidup pada lansia yang tinggal di panti wredha cenderung rendah, yang terlihat dari penggunaan koping negatif oleh sebagian lansia dalam menghadapi masalah. Hal ini terjadi karena mereka belum menemukan makna hidup yang jelas, yang dapat dijadikan

tujuan hidup mereka. Sebagian besar dari mereka datang ke panti wredha karena paksaan dari keluarga, bukan sebagai pilihan pribadi, sehingga mereka belum merasa memiliki tujuan hidup yang bermakna.

Menurut Hapsari & YEK, (2022) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki otonomi dalam hidupnya akan tetap merasa mandiri karena mampu mewujudkan dirinya sesuai dengan keinginannya, meskipun hidup tanpa pasangan, sehingga tingkat kesepiannya cenderung rendah. Dalam kajian psikologi lansia, mereka cenderung melakukan berbagai aktivitas secara mandiri dengan mengintegrasikan motivasi intrinsik dan ekstrinsik secara seimbang. Lansia yang memiliki motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang baik dalam menjalankan otonominya akan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Menurut Alawiyah et al., (2022) hubungan positif dengan orang lain merupakan dimensi yang merefleksikan kemampuan seseorang dalam membangun hubungan yang hangat, saling percaya, serta peduli terhadap kebutuhan dan kesejahteraan satu sama lain. Menurut Octavia *et al.* (2022) Pertumbuhan pribadi (*personal growth*) berkaitan dengan kemampuan untuk mengenali dan mengembangkan potensi diri pada lansia, bersikap terbuka terhadap pengalaman baru, serta mengevaluasi perkembangan diri seiring berjalannya waktu. Menurut Hapsari & YEK, (2022) Lansia yang mampu menguasai lingkungannya dengan baik dapat menyesuaikan lingkungan agar mendukung pencapaian tujuan mereka. Ketika lansia berada dalam lingkungan yang selaras dengan kebutuhannya, mereka cenderung lebih bahagia, produktif, dan memiliki kesehatan psikologis yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang lingkungannya kurang mendukung.

Kesejahteraan psikologis yang rendah pada lansia akan menimbulkan berbagai masalah. Menurut Rafki & Kurniawati, (2024) Jika kesejahteraan psikologis tidak terpenuhi,

dampaknya bisa sangat signifikan bagi individu. Mereka akan kesulitan menerima kekurangan yang ada pada dirinya, merasa kurang percaya kepada orang lain, dan tidak mampu bekerja sama dengan baik. Selain itu, mereka juga sulit menerima masukan dari orang lain dan tidak mampu mengubah keadaan menjadi lebih baik. Kepedulian terhadap lingkungan sekitar berkurang, dan keinginan untuk berkembang menurun, bahkan bisa hilang sama sekali. Dukungan sosial yang diberikan kepada lansia merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mereka.

Dukungan sosial adalah persepsi seseorang terhadap bantuan yang diberikan oleh orang lain dalam jaringan sosialnya, seperti keluarga, teman dekat, dan orang-orang di sekitarnya. Dukungan ini berperan penting dalam meningkatkan kemampuan individu untuk mengatasi pengaruh-pengaruh negatif atau merugikan, serta membantu individu dalam menghadapi tantangan atau kesulitan yang dihadapi. (Website & Putri, 2021). Dukungan sosial menurut Purwaningsih *et al*, (2023) memiliki lima aspek yaitu : Pertama, dukungan emosional berupa empati dan kasih sayang dapat memberikan kenyamanan dan membantu individu mengatasi perasaan sulit. Kedua, dukungan penghargaan berupa umpan balik positif dan evaluasi yang baik memungkinkan seseorang merasa dihargai dan diterima oleh orang lain. Ketiga, dukungan instrumental yang berbentuk pemberian materi atau solusi praktis membantu menyelesaikan masalah dengan cara yang lebih konkret. Keempat, dukungan informasi berupa nasihat atau saran yang bermanfaat dapat membantu individu dalam menemukan cara untuk memecahkan masalah. Terakhir, dukungan jaringan sosial memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok yang dapat membantu menyelesaikan masalah secara kolektif. Semua bentuk dukungan ini saling berperan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan hidup.

Dukungan sosial yang memadai dapat membuat seseorang merasa diperhatikan dan dihargai, yang pada gilirannya membantu mereka lebih mudah menerima keadaan yang

dihadapi. Ketika seseorang merasa didukung, hal ini berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik, yang kemudian berdampak positif pada kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Menurut (Rahmawati, 2019) Kebermaknaan hidup seorang lansia dapat dilihat dari kemampuan mereka untuk menemukan arti dalam hidupnya, yang kemudian menjadi tujuan hidup yang jelas. Lansia yang tinggal di panti wredha sering kali kehilangan dukungan sosial yang sebelumnya mereka dapatkan dari lingkungan sekitar, yang dapat memengaruhi makna hidup mereka. Dukungan sosial yang kuat dan peningkatan makna hidup pada lansia akan berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka, meningkatkan rasa puas dan stabilitas emosional dalam menjalani kehidupan. Menurut Ramadhiati, (2020) Dukungan sosial yang tinggi memiliki pengaruh positif terhadap penerimaan diri yang lebih baik pada lansia. Ketika lansia merasa didukung, mereka cenderung lebih mampu menerima diri mereka dengan lebih baik, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Penerimaan diri yang baik memungkinkan lansia untuk lebih memaknai tujuan hidup mereka, sementara dukungan sosial yang kuat menjadi salah satu indikator utama bahwa lansia tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Menurut Paudel & Tiwari, (2022) terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Kaski District, Nepal. Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan & Mariyati, (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Griya Wredha Jambangan Surabaya. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih *et al.*, (2023) tentang hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis lansia Desa Karangrejek, Kecamatan Wonosari, Gunung Kidul Yogyakarta.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 responden di Panti Wredha Merbabu Salib Putih pada tanggal 4 Oktober 2024, terdapat 5 responden menyatakan telah mendapatkan dukungan sosial tinggi dengan diberikan perhatian, nasehat, penghargaan, didengarkan saat bercerita, mendapatkan informasi cukup serta kesejahteraan psikologisnya tinggi yang ditandai dengan penerimaan diri yang baik, memiliki tujuan hidup. Terdapat 2 responden menyatakan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi berupa perhatian, kasih sayang dan tingkat kesejahteraannya psikologis sedang ditandai dengan penerimaan diri baik tetapi kurang bisa memaknai hidup dan tidak memiliki tujuan hidup. Terdapat 3 responden yang menyatakan sudah mendapatkan dukungan sosial yang tinggi berupa kasih sayang, perhatian, dan informasi yang cukup namun kesejahteraan psikologisnya masih rendah dibuktikan dengan tingkat emosional yang tinggi, tidak bisa memaknai hidup serta tidak memiliki tujuan hidup, penerimaan diri yang buruk. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di panti wreda merbabu salib putih .

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang ada maka rumusan penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di panti wredha merbabu salib putih?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Panti Wredha Merbabu Salib Putih Salatiga

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran dukungan sosial pada lansia yang tinggal di panti wredha merbabu salib putih
- b. Mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada lansia yang tinggal di panti wredha merbabu salib putih
- c. Menganalisis hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis yang tinggal di panti wredha merbabu salib putih

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bidang ilmu keperawatan

2. Manfaat praktis

a. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan informasi dalam pengembangan proses belajar mengajar, sebagai masukan dan bahan evaluasi ilmiah

b. Bagi peneliti

Dapat dijadikan masukan untuk penelitian yang akan datang serta untuk mengembangkan, memperoleh, dan memperkaya teori tentang hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia

c. Bagi panti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan serta informasi terkait bagaimana hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia