

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Tahap perkembangan lanjut usia (lansia) adalah tahap dimana seseorang mengalami penurunan dari segi psikologis dan fisik, selain itu usia ini sangat rawan terserang berbagai macam penyakit atau yang disebut sebagai *geriatric* dan usia lansia adalah tahap akhir dalam perkembangan seorang manusia. Menurut Hakim (2020) usia lansia dimulai dari 60 tahun. Lansia harus tetap melakukan aktivitas dan berpikir positif agar fisik dan mental tetap sehat dan terhindar dari berbagai macam penyakit sehingga mampu menikmati hari tua dengan sejahtera.

Salah satu bentuk aktif secara fisik yang dilakukan oleh lansia adalah bekerja. Menurut Undang-undang no. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, pada pasal satu ayat tiga dan empat dijelaskan bahwa lansia dapat dibagi menjadi dua tipe berdasarkan kemampuan mencari nafkah, yaitu lansia potensial dan lansia tidak potensial. Lansia potensial adalah lansia yang masih bekerja dan menghasilkan barang/jasa; sedangkan lansia tidak potensial adalah lansia yang sudah tidak bekerja dan menggantungkan hidupnya pada orang lain (*Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*, 1998).

Selain bekerja, para lansia banyak melakukan aktivitas fisik yang lain. Misalnya pada lansia yang tinggal di panti werdha setiap harinya selalu melakukan kegiatan senam, namun para lansia di panti werdha lebih banyak melakukan kegiatan tidur yaitu tidur siang dan malam dan juga kegiatan duduk-duduk. Lansia yang tinggal di panti werdha kebanyakan hanya melakukan aktivitas fisik tingkat ringan yaitu sebanyak 81,1% (Marjan & Marliyati, 2013). Pada lansia yang tinggal sendiri dalam penelitian Park (2021) hanya sedikit yang melakukan aktivitas fisik yaitu *regular exercise* dari 365 lansia hanya 29 lansia yang melakukan aktivitas fisik tersebut. Begitupun dengan lansia yang tinggal sendiri kebanyakan tidak begitu banyak yang melakukan aktivitas fisik, pada penelitian Byeon (2019) yang meneliti lansia di Korea menyatakan bahwa dari 238 lansia sebanyak 113 lansia yang tinggal sendiri kebanyakan melakukan kegiatan duduk-duduk sampai lebih dari 9 jam seharinya.

Jika dilihat dari lansia yang tinggal di panti werdha, tinggal bersama keluarga, dan tinggal sendiri tidak begitu konsisten terhadap aktivitas fisik mereka. Sedangkan dalam artikel berita yang berjudul lansia bekerja: keinginan atau kebutuhan dijelaskan bahwa lansia yang bekerja melakukan aktivitas fisik atau bekerja selama kurang lebih 5-6 jam per harinya (Yudhani, 2022).

Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Asiamah et al. (2020) menjelaskan bahwa lansia akan lebih sehat secara psikologis jika melakukan aktivitas fisik selama satu jam atau lebih secara konsisten setiap harinya dibandingkan dengan lansia yang melakukan aktivitas fisik tidak lama atau sekitar 30 menit.

Menjadi tua merupakan bagian dari rentang kehidupan namun menikmati hari tua dengan sejahtera merupakan impian bagi semua lansia. Ketika lansia memiliki fisik dan psikologis yang sehat maka mereka juga bisa mencapai *psychological well-being* yang baik. Keberhasilan dalam penuaan ditunjukkan salah satunya dengan *psychological well-being*, sebagai kemampuan seseorang dalam memasuki masa tua (Setyorini, 2019). Dalam penelitiannya Probosuseno (2007) menjelaskan bahwa lansia yang bekerja atau memiliki banyak kegiatan dalam hari-harinya cenderung lebih bahagia dan sejahtera secara psikologis karena mempunyai penghasilan sendiri dan bisa bersosialisasi dengan orang lain. *Psychological well-being* adalah suatu keadaan dimana individu dapat menilai atau mengevaluasi diri dari kehidupan masa lalunya secara positif, memiliki rasa pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan sebagai pribadi, memiliki kehidupan yang bertujuan dan bermakna, memiliki hubungan yang berkualitas dengan orang lain, memiliki kapasitas untuk menguasai lingkungannya dan menjadi pribadi yang mandiri (Ryff & Keyes, 1995).

Saat ini di Indonesia masih banyak ditemukan lansia yang belum mencapai *psychological well-being*, seperti masih banyak yang mengalami depresi dan penyakit mental lainnya. Seperti pada penelitian Livana et al. (2018) masih banyak lansia yang menderita depresi, dari 143 lansia terdapat 53 lansia yang depresi salah satu penyebabnya karena tidak bekerja. Penelitian lainnya menjelaskan bahwa tingkat depresi berhubungan dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari (Nauli et al., 2014). Selain itu pada skripsinya Wardhani (2021) menjelaskan bahwa terdapat korelasi antara aktivitas fisik dengan depresi pada lansia yang tinggal di rumah rawat lansia. Artinya jika lansia semakin aktif dalam kegiatan seperti bekerja, terdapat kemungkinan untuk tidak menderita depresi.

Pada sebuah artikel ditunjukkan juga bahwa dari total 25,67 juta jiwa lansia 40% atau sekitar 12,6 juta lansia masih berada di kategori prasejahtera atau belum sejahtera (Nursalikhah, 2020). Terutama di perdesaan banyak lansia yang miskin dan sakit-sakitan. Di perdesaan angka kesakitan lansia cukup tinggi, yaitu sebesar 28,73%. Keadaan tempat tinggal juga merupakan salah satu gambaran kesejahteraan lansia, karena bagaimana keadaan tempat lansia menunjukkan status sosial-ekonomi. Lansia di perdesaan memiliki rumah yang tidak cukup layak di huni dibandingkan dengan lansia di perkotaan, yaitu pada perdesaan

sebesar 3,72% memiliki rumah yang tidak layak dan 1,31% pada perkotaan yang memiliki rumah tidak layak (Badan Pusat Statistik, 2019). Dari data yang dipaparkan diatas dapat diketahui bahwa masih banyak lansia yang belum mendapatkan kesejahteraan terutama pada lansia yang tinggal diperdesaan masih banyak yang mengalami kehidupan yang jauh dari kata sejahtera.

Masih banyak ditemukan lansia potensial di perkotaan maupun di perdesan. Dari total 25,66 juta jiwa atau sekitar 9,6% lansia di Indonesia, terdapat lansia potensial sebanyak 49,39%, atau sekitar satu dari dua lansia potensial di Indonesia. Namun lansia potensial di perdesaan lebih banyak dibanding di perkotaan, yaitu 56,51% berbanding 43,06%. Salah satu faktor yang membuat lansia diperdesaan bekerja adalah kebutuhan ekonomi. Lansia di perdesaan lebih banyak pada pekerjaan pertanian, yaitu sebesar 71,83% dibanding pekerjaan lainnya, sedangkan lansia di perkotaan yang bekerja banyak pada jasa, yaitu sebesar 51,05% (Badan Pusat Statistik, 2019).

Salah satu desa yang terletak di Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang, Provinsi Jawa Timur yaitu Desa Pringu yang memiliki keunggulan dalam bidang pertaniannya terdapat kurang lebih lansia sebanyak 159 orang (Jauharini, 2022). Dari sejumlah 159 lansia tersebut sebanyak 2% tinggal sendiri, 20% tinggal bersama suami dan sisanya tinggal bersama keluarga. Kebanyakan pekerjaan yang mereka lakukan adalah buruh tani dan pedagang dipasar. Para lansia di Desa Pringu juga mempunyai kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap minggunya yaitu senam dan pengajian. Selain itu karang werdha (sebutan untuk komunitas lansia di Desa Pringu) sering mengadakan kegiatan seperti menenun tikar, menanam rumput untuk menghias taman, dll. Ada juga beberapa lansia yang menerima jahit sebagai jasa.

Hasil studi awal yang dilakukan melalui wawancara pada subjek yaitu tiga lansia yang berusia  $\geq 70$  tahun di Desa Pringu menggambarkan kehidupan mereka sebagai lansia. Subjek pertama berusia 83 tahun dengan jenis kelamin perempuan yang bekerja sebagai pedagang sembako di pasar, status pernikahan subjek adalah cerai mati dan sekarang tinggal bersama anaknya. Subjek menghabiskan waktu seharian di pasar yaitu dari pukul lima pagi sampai lima sore mengurus dagangannya sendirian mulai dari buka warung, belanja, hingga tutup warung dilakukan semua sendiri, kemudian subjek melanjutkan kesibukannya dengan mengikuti pengajian. Subjek melakukan kesibukan tersebut setiap hari dengan rasa senang dan bangga karena bisa membahagiakan anak-anak subjek dengan hasil kerja kerasnya. Salah satu cita-cita subjek yaitu anak-anak subjek dapat meneruskan warung subjek.

Subjek kedua berusia 80 tahun dengan jenis kelamin laki-laki yang bekerja sebagai petani, subjek memiliki pasangan dan tinggal berdua bersama pasangannya. Subjek bekerja setiap hari tidak hanya mengurus sawah punya orang, namun subjek juga mengambil rumput di sawah untuk ternaknya. Di usia ini, subjek lebih fokus pada mencari rumput untuk ternaknya daripada mengurus sawah punya orang karena kesehatan fisik subjek juga semakin menurun. Walaupun kesehatan fisiknya yang terus menurun subjek terus berusaha untuk kerja dan menyewakan lahan subjek untuk ditanami sawah, karena subjek bercita-cita agar bisa bermain dengan cucunya.

Subjek ketiga berusia 73 tahun dengan jenis kelamin perempuan yang bekerja sebagai pedagang kue di pasar, status pernikahan subjek adalah cerai mati dan sekarang tinggal sendiri. Subjek selalu melayani pembeli dengan ramah dan selalu tersenyum, tidak melewatkan satu haripun untuk libur berjualan karena berjualan kue adalah kesibukan yang menyenangkan bagi subjek. Subjek mengurus semua dagangannya sendirian, mulai dari pembuatan bahan kue yang terbuat dari singkong, kemudian pembuatan kue sampai menjualnya. Walaupun subjek memiliki keterbatasan yaitu pada dengkul, telinga (pendengarannya sudah berkurang), mata (buram saat melihat), dan terkadang tubuh terasa sakit semua. Subjek tetap rajin berjualan, menyiapkan dagangannya setiap hari pukul satu atau dua pagi.

Hal ini sejalan pada penelitian Setyorini (2019) yang meneliti *psychological well-being* lansia yang menjadi pedagang di pasar tradisional menemukan hasil bahwa lansia yang masih aktif bekerja di masa lansianya bisa dikatakan berhasil dalam menghadapi proses penuaan dan memiliki *psychological well-being* yang tinggi karena subjek dalam penelitian tersebut menikmati pekerjaan mereka dengan begitu subjek tersebut dapat tetap berinteraksi dengan orang-orang di pasar dan bertemu banyak orang, hal tersebut membuat para subjek merasa terhibur dan senang.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan pengkajian secara mendalam mengenai gambaran *psychological well-being* lansia potensial yang berusia 70 tahun ke atas yang berada di Desa Pringu di Kabupaten Malang.

## **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dijelaskan di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada lansia potensial di Desa Pringu.

## Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk:

Untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada lansia potensial di Desa Pringu.

## Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan yang akan diperoleh dari penelitian ini baik bersifat teoritis dan bersifat praktis, yaitu:

1. Kegunaan teoretis
  - a. Untuk menambah pengetahuan terutama di bidang psikologi positif dan *gerontology*, khususnya mengenai *psychological well-being* pada lansia potensial.
  - b. Untuk memberikan informasi mengenai pada lansia potensial yang berada di desa.
2. Kegunaan praktis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu para lansia untuk menambah wawasan agar dapat menjaga psikologis agar tetap sejahtera.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi *insight* untuk orang yang sedang di fase dewasa akhir agar menyiapkan masa lansia dengan psikologis yang sejahtera.

