

Gambaran kebahagiaan pada lansia yang memilih tinggal di panti werdha

Cicilia Pali

Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi
Manado

Email: potenziapriority@yahoo.com

Abstract: In the last decade more and more elderly people chose to stay at nursing homes. Study findings varied about the happiness of them. Some studies found that elderly people were happier in the nursing homes because their needs were fulfilled. However, some studies stated that elderly people were happier when they stayed at home with their families. This was a qualitative study on the perception of past, present, and future happiness of the elderly, analyzed by using Seligman's theory of authentic happiness. The results showed that one elderly did not show happiness; another one was relatively happier; and the other one was very happy for one's entire life.

Keywords: elderly, happiness, nursing home

Abstrak: Dalam dekade terakhir semakin banyak lansia memilih tinggal di panti werdha. Temuan penelitian mengenai kebahagiaan pada lansia bervariasi. Beberapa penelitian menemukan bahwa lansia merasa bahagia berada di panti werdha karena kebutuhannya terpenuhi namun penelitian lainnya menyatakan bahwa lansia merasa bahagia saat tinggal bersama dengan keluarganya. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif terhadap penghayatan kebahagiaan lansia di masa lalu, masa sekarang, dan masa depan. Hal ini dianalisis berdasarkan teori kebahagiaan otentik dari Seligman. Hasil penelitian menunjukkan satu lansia tidak menunjukkan kebahagiaan, satu lansia relatif bahagia, dan lainnya menunjukkan sangat bahagia dalam menilai keseluruhan hidupnya.

Kata kunci: lansia, kebahagiaan, panti werdha

Perkembangan penduduk lanjut usia (lansia) berdasarkan survei sosial ekonomi nasional (Susenas) ditemukan persentase lansia tiap tahun bervariasi. Pada tahun 2008 dilaporkan bahwa 8,55% penduduk tergolong lansia, 2009 sebesar 8,37% dan 2012 sebesar 7,56%.¹ Pada sensus penduduk badan statistik tahun 2010, lansia di Indonesia mencapai 18.043.712 jiwa; dengan kata lain, sebesar 7,68% dari 237 juta penduduk Indonesia termasuk lansia.²

Usia Harapan hidup (UHH) penduduk Indonesia meningkat. Pada tahun 2000 UHH di Indonesia 64,5 tahun, dan angka ini meningkat menjadi 69,43 tahun pada tahun 2010 dan menjadi 69,65 tahun pada

tahun 2011.¹

Peningkatan jumlah maupun usia harapan hidup lansia menimbulkan permasalahan dan ragam kebutuhan lansia.³ Usia yang bertambah membuat fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan). Hal ini menyebabkan juga daya tahan tubuh menurun. Peningkatan proses degeneratif disertai permasalahan penyakit pada lansia seperti demensia dan Parkinson.⁴ Permasalahan lainnya yang kerap muncul ialah menurunnya pelayanan kesehatan kepada lansia oleh keluarga. Hal tersebut terjadi karena adanya pergeseran struktur keluarga dan kekerabatan dari keluarga

besar (*extended family*) ke arah keluarga kecil (*nuclear family*).^{5,6}

Dalam sebuah rumah yang menganut sistem kekerabatan (*extended family*) umumnya dihuni oleh tiga generasi.⁶ Lansia ditempatkan pada kedudukan istimewa yaitu sebagai penasehat atau narasumber keluarga dalam pengambilan keputusan.³ Modernisasi, industrialisasi, migrasi menggeser nilai-nilai dalam *extended family* dan penghormatan terhadap lansia.⁶ Tatanan keluarga yang sebelumnya berorientasi pada nilai-nilai *extended family* menjadi *nuclear family*, jumlah anak dalam keluarga akan mengecil. Hal ini membuat kesempatan lansia untuk bergantung pada anaknya pun semakin berkurang.³

Terjadinya perubahan struktur keluarga menyebabkan lansia menjadi terlantar dan kesepian. Oleh karena itu diperlukan sebuah institusi untuk mengatasinya salah satunya dengan adanya panti werdha.⁵ Panti werdha adalah wadah perawatan dan pelayanan kesehatan untuk lansia yang disediakan oleh pemerintah.⁷ Umumnya lansia tidak ingin tinggal di institusi karena merasa dengan tinggal di institusi merupakan tanda penolakan dari keluarga.⁶ Mereka merasa tidak berharga dan tidak bahagia jika harus tinggal di panti werdha.⁸ Namun demikian tidak semua lansia berpandangan negatif terhadap panti werdha. Menurut Achir³ banyak lansia yang memilih hidup terpisah dari anak dan tetap merasa bahagia. Studi yang dilakukan oleh Cott menemukan bahwa lansia merasa bahagia berada di institusi dengan adanya berbagai aktivitas kelompok.⁹ Kebahagiaan yang dimaksud adalah hasil penilaian seseorang terhadap keseluruhan kehidupannya.¹⁰ Di dalamnya termuat emosi positif maupun aktivitas positif dan terbagi menjadi tiga yaitu yang ditujukan pada masa lalu, masa depan dan masa sekarang.¹¹

Berdasarkan uraian di atas, terdapat perbedaan pendapat tentang lansia yang berada di panti werdha. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran lansia yang tinggal di panti werdha

terutama yang tinggal di panti werdha dengan keinginan sendiri.

TINJAUAN PUSTAKA

Lanjut usia

Menurut Papalia, Olds, dan Feldman, lansia diklasifikasi menjadi tiga kelompok. Pertama *young old* yang berusia 65-74 tahun; mereka masih aktif, penuh perhatian dan semangat. Kedua, *old-old* yaitu berusia 75-84 tahun; dan ketiga *oldest-old* yaitu individu yang berusia 85 tahun atau lebih. Umumnya lansia dengan rentang usia lebih dari 85 memiliki fisik lemah dan sulit untuk mengatur aktivitas sehari-hari. Umumnya walaupun lansia sehat dan aktif namun kesehatan dan kemampuan fisik menurun. Terdapat perubahan-perubahan fisik lain seperti penurunan koordinasi fisik dan keseimbangan.⁶

Pemilihan tempat tinggal menjadi tema yang penting pada masa lansia. Umumnya lansia memilih untuk tinggal bersama anak tetapi tidak jarang lansia memilih hidup terpisah dari anak-anak. Di Indonesia salah satu pilihan tempat tinggal untuk lansia ialah panti werdha.⁷ Panti werdha merupakan wadah atau institusi yang memberikan pelayanan dan perawatan jasmani, rohani, dan sosial, serta perlindungan untuk memenuhi kebutuhan lanjut usia agar dapat menikmati taraf hidup secara wajar.¹²

Kebahagiaan

Dalam bukunya yang berjudul *Authentic Happiness*, Seligman mengungkapkan sebuah konsep mengenai kebahagiaan. Dalam kebahagiaan termuat emosi positif maupun aktivitas positif dan terbagi menjadi tiga yaitu yang ditujukan pada masa lalu, masa depan dan masa sekarang. Kebahagiaan masa lalu mencakup kepuasan, pemenuhan dan kedamaian. Dua konsep penting untuk mencapai kebahagiaan masa lalu ialah rasa bersyukur dan memaafkan. Kedua konsep tersebut dapat mengubah penghayatan dan pemahaman mengenai masa lalu yang buruk menjadi lebih baik.¹¹

Kebahagiaan masa kini terutama pada

lansia ditandai dengan adanya aktivitas waktu luang. Kebahagiaan masa kini yang sejati dapat dicapai dengan meraih sebanyak mungkin aktivitas yang lebih bersifat gratifikasi daripada *pleasure*. Gratifikasi adalah kegiatan yang senang dilakukan seseorang dan kegiatan tersebut dapat menarik seseorang beraktivitas seakan waktu serasa terhenti, sedangkan *pleasure* adalah kesenangan yang bersifat sementara.¹¹

Kebahagiaan akan masa depan ditandai dengan emosi positif seperti yakin, percaya, *confidence*, *hope*, dan *optimisme*. Seligman menekankan pada pentingnya nilai optimisme dan harapan seseorang untuk mencapai kebahagiaan di masa depan.¹¹

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan data deskriptif yang kaya akan detail mengenai sejumlah kecil orang atau kasus.¹³ Metode pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara dan observasi.

Subjek penelitian ini dipilih dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Subjek dipilih berdasarkan kriteria tertentu dan berdasarkan kepada teori atau konstruk operasional yang sesuai dengan tujuan penulisan. Menurut Patton, hal ini dilakukan agar subjek penelitian sungguh-sungguh mewakili fenomena yang ingin dipelajari.¹³ Karakteristik subyek penelitian ini ialah:

1. Pria/wanita yang tergolong kategori *young old* (berusia 60-74 tahun) dan memiliki keadaan fisik yang cukup baik/tidak dalam keadaan sakit⁶ sehingga fokus pembicaraan pada bagaimana memandang kebahagiaan selama hidup dan bukan pada penyakitnya.
2. Berada di panti werdha atas pilihan sendiri sehingga subjek lebih fokus untuk membicarakan kebahagiaannya di panti werdha

Analisis dilakukan berdasarkan teori yang telah diuraikan sebelumnya di tinjauan pustaka untuk memperoleh

gambaran kebahagiaan masing-masing subjek.

HASIL PENELITIAN

Gambaran latar belakang subjek

Ketiga subjek memiliki alasan berada di panti yang hampir sama yaitu tidak ingin merepotkan orang lain. Subjek pertama (RD) hidup sendiri dan istrinya telah meninggal. RD tidak memiliki anak dari pernikahannya namun RD mengangkat seorang anak. Dahulu, RD bekerja wiraswasta yaitu membuka warung makan. Usahanya bangkrut dan RD tidak memiliki rumah untuk tinggal. Ketika mengalami *stroke*, RD tidak mampu melakukan segala sesuatu sendiri dan harus mendapatkan bantuan orang lain sehingga RD dirawat oleh anak angkatnya. RD tidak ingin merepotkan anaknya. Oleh karena itu ketika ditawarkan untuk masuk panti, RD langsung bersedia. Ia masuk ke PWK Hana atas tanggung jawab salah satu gereja dan biaya hidupnya ditanggung sepenuhnya oleh gereja tersebut (diakonia).

Subjek kedua (LH) memiliki latar belakang yang hampir sama dengan subjek pertama. LH telah ditinggal mati oleh pasangannya dan tidak memiliki anak. Dahulu LH bekerja sebagai guru. Sepeninggalan suaminya, LH menjual rumahnya dan tinggal bersama keponakannya. LH merasa tidak betah berada di rumah keponakannya. LH kemudian berpindah tempat tinggal di Jakarta, tinggal bersama adiknya. Ketika ditawarkan untuk masuk panti, LH bersedia karena ia tidak ingin merepotkan adiknya. LH kemudian menghubungi salah satu gereja meminta kesediaan gereja menjadi penanggung jawab dirinya untuk berada di PWK Hana. Permohonannya dikabulkan dan LH masuk ke PWK Hana dengan biaya dari gereja sepenuhnya (diakonia).

Subjek ketiga (HR) memiliki riwayat yang sedikit berbeda. HR ialah seorang nenek dengan empat orang anak. Suaminya telah meninggal dan ia seorang pensiunan guru. HR berada di PWK Hana atas kemauan dan biaya sendiri. Sumber dananya berasal dari dana pensiunan

sebagai guru. Alasannya berada di PWK Hana ialah untuk mendapatkan privasi dan melatih dirinya agar mandiri melakukan segala sesuatu. HR juga ingin mengantisipasi terjadinya konflik yang mungkin terjadi karena adanya *gap* antar generasi yaitu antara HR dan keluarga anak-anaknya.

BAHASAN

Gambaran kebahagiaan masa lalu

Subjek pertama (RD) menilai masa lalunya dipenuhi ketidakpuasan dan penderitaan. Pada kasus ini tidak tampak adanya rasa bersyukur dan memaafkan terhadap peristiwa yang dialaminya pada waktu lampau. Subjek kedua (LH) mengenang masa lalunya dengan adanya rasa kebanggaan dan rasa bersyukur. Subjek terakhir (HR), seorang yang menilai hidup di masa lalu dengan kepuasan dan kedamaian. Ia juga memandang hidupnya dengan rasa bersyukur dan memaafkan. Ia mampu melihat segi positif dari masalah atau kejadian buruk yang ia hadapi di masa lalu.

Gambaran kebahagiaan masa kini

Subjek pertama (RD) memiliki gambaran kesenangan yang bersifat *higher pleasure* seperti melakukan pengamatan serta mengeksplorasi fitur-fitur di dalam *hand phone*. Hal ini karena adanya peran kognitif dan sifatnya yang sementara. Setelah ia tidak melakukan aktivitas tersebut maka kesenangan berakhir. RD juga memiliki kegiatan gratifikasi seperti mengobrol untuk membahas masalah yang bermanfaat untuk mengasah pikiran agar tidak menjadi pikun. Namun demikian, RD lebih banyak mengisi waktu luangnya bukan dengan kegiatan yang bersifat gratifikasi tetapi dengan kegiatan tidur dan makan (*bodily pleasure*).

Pada subjek kedua (LH), ia merasa bahagia berada di panti. Emosi yang diungkapkan ialah tenang dan senang. Aktivitas yang bersifat gratifikasi ialah membaca alkitab. Aktivitas ini untuk meningkatkan tingkat spiritualitasnya. Selain itu aktivitas yang bersifat gratifikasi

lainnya ialah memainkan alat musik angklung dan bernyanyi yang bermanfaat untuk melatih kerjasamanya dengan nenek lainnya. LH juga memiliki kesenangan untuk makan makanan yang enak terutama roti dan makanan ringan namun saat ini ia mulai membatasinya karena menyandang diabetes. Hal ini termasuk dalam kesenangan yang bersifat sementara yaitu *bodily pleasures*.

Pada kasus HR, aktivitas yang bersifat gratifikasi ialah membaca buku, menanam bunga, dan bernyanyi. Kegiatan-kegiatan tersebut oleh HR disebut sebagai hobinya. Kesenangan yang bersifat *bodily pleasures* ialah menikmati buah dan kue sedangkan kesenangan yang bersifat *higher pleasures* ialah mendengarkan musik.

Gambaran kebahagiaan masa depan

Menurut Seligman optimisme adalah gaya seseorang dalam menjelaskan mengenai peristiwa yang terjadi pada dirinya atau Seligman menyebutnya dengan istilah *explanatory style*. Orang yang optimis akan menjelaskan kejadian baik terjadi dalam hidupnya yang bersifat permanen disebabkan oleh sesuatu yang bersifat universal dan internal. Sebaliknya orang optimis akan menjelaskan kejadian buruk yang terjadi di hidupnya bersifat temporer, disebabkan oleh sesuatu yang bersifat spesifik dan eksternal.¹⁴

Gambaran kebahagiaan masa depan subjek pertama (RD) memiliki *explanatory style* orang pesimistik. RD menjelaskan harapannya dengan gaya pesimis. RD menjelaskan kejadian buruk disebabkan oleh sesuatu yang bersifat permanen, universal dan internal; peristiwa menyenangkan terjadi karena penyebab eksternal, sementara dan spesifik. Subjek kedua (LH) memiliki *explanatory style* orang yang optimis. LH optimisme pada seluruh dimensi untuk menjelaskan hal buruk. Namun demikian LH menunjukkan bahwa ia orang optimis dalam melihat keseluruhan waktu hidupnya (permanen) namun tidak optimis pada seluruh aspek kehidupannya (spesifik). LH memiliki harapan di masa depan agar terhindar dari

penyakit menahun untuk sampai pada kematian. LH percaya dan yakin bahwa Tuhan akan membukakan jalan untuknya ketika LH mengalami kesulitan dan kesakitan.

Subjek terakhir (HR) memiliki *explanatory style* orang yang optimis. HR memiliki harapan menjadi teladan di PWK Hana. Dengan itu diharapkan kedamaian dan ketenangan dapat tercipta di PWK Hana. HR juga berharap dapat tinggal bersama anaknya ketika ia tidak sehat saat ini. Meskipun demikian bila HR tinggal dengan anak, HR ingin seorang perawat menjaganya. HR yakin dan siap untuk menghadapi kematian namun HR memiliki harapan tidak mengalami penyakit menahun.

Pada kebahagiaan masa lalu, seorang subjek tidak bahagia sedangkan dua subjek lainnya bahagia dalam memandang masa lalunya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dua dari tiga subjek bahagia dalam memandang kehidupannya saat ini. Ketiga subjek masih melakukan kesenangan yang bersifat sementara namun bervariasi bentuknya. Kesenangan tersebut antara lain mengamati keadaan sekitar dan mendengarkan musik yang termasuk dalam *higher pleasure*. Kesenangan yang termasuk dalam *bodily pleasures* terdapat pada dua orang subjek yaitu kenikmatan dengan makanan dan buah-buahan. Untuk kegiatan yang bersifat gratifikasi, ketiga subjek berbeda bentuknya antara lain mengobrol untuk mengasah pikiran agar tidak menjadi pikun; membaca alkitab dan memainkan alat musik angklung; menanam bunga; dan bernyanyi.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa gambaran kebahagiaan di masa depan dua dari tiga subjek diwarnai dengan emosi yakin dan percaya. Seorang subjek memandang masa depannya dengan pesimis. Ketiganya masih memiliki harapan tertentu di masa depan. Dua subjek mengungkapkan harapannya tentang kematian yang sama. Mereka siap untuk menghadapi kematian dan berharap tidak mengalami sakit yang menahun untuk sampai pada kematian tersebut. Dua subjek

juga percaya bahwa seluruhnya sudah ada yang mengatur dan tidak perlu takut menghadapi kematian tersebut.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian dan bahasan dapat disimpulkan bahwa seorang lansia tidak merasa bahagia baik pada masa lalu, kini dan masa depannya. Lansia lainnya merasa bahagia terhadap seluruh hidupnya, dan seorang lagi memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih besar dari lansia yang sebelumnya.

SARAN

Saran Ilmiah

Bagi penelitian selanjutnya yaitu:

1. Penelitian yang melihat apakah terdapat hubungan antara optimisme dengan tingkat religius pada lansia yang tinggal di panti werdha.
2. Penelitian yang melihat apakah terdapat hubungan antara gender dan kebahagiaan pada lansia di panti werdha.
3. Penelitian tentang kebahagiaan pada lansia di panti werdha sebaiknya dilakukan di beberapa panti werdha untuk mendapatkan gambaran kebahagiaan lansia yang lebih komprehensif.
4. Penelitian juga dapat dilakukan untuk melihat seberapa jauh faktor anak berpengaruh pada kebahagiaan lansia.
5. Penelitian untuk melihat dukungan sosial seperti apa yang dibutuhkan lansia di panti werdha.

Saran Praktis

1. Agar dapat dilakukan konseling kepada lansia yang membutuhkan.
2. Untuk dapat mengatasi kebutuhan lansia akan afeksi dan meningkatkan kebahagiaannya, misalnya dapat dilakukan melalui '*project love*'. Hal ini memungkinkan para lansia untuk menyalurkan kebutuhannya akan afeksi dan perhatian kepada orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

1. Survei Ekonomi Nasional (Susenas). Badan Pusat statistik RI. (homepage on the Internet). 2012 (Cited 2016 March 7) Available from: <http://sp2010.bps.go.id>
2. Sensus Penduduk 2010. Badan Pusat statistik RI. (homepage on the Internet) 2010 (Cited 2016 March 7). Available from: <http://sp2010.bps.go.id>
3. **Achir YCA**. Problematika dan solusi lansia Indonesia menyongsong abad ke-21. In: Munandar U, editor. Psikologi perkembangan pribadi dari bayi sampai lanjut usia. Jakarta: UI Press, 2001; p. 184-93.
4. **Turana Y**. Gambaran kesehatan lanjut usia di Indonesia. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan. 2013;Semester I: 19-24.
5. **Syamsudin**. Penguatan eksistensi panti werdha di tengah pergeseran budaya dan keluarga. 2008 (homepage on the Internet) (cited 2008 November 10) Available from: <http://bp.depsos.go.id>,
6. **Papalia DE, Olds SW, Feldman RD**. Human development and aging (10th ed.). New York: McGraw-Hill, 2007.
7. **Hardywinoto, Setiabudhi T**. Panduan gerontologi: Tinjauan dari berbagai sikap. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1990.
8. **Tobin S, Liberman MA**. Last home for the aged: Critical implication of institutionalization. San Fransisco: Jossey-Bas Publishers, 1978.
9. **Bekhet AK, Zauszniewski JA, Nakhla WE**. Happiness: Theoretical and empirical considerations. Nursing Forum. 2008; 43(1):12-23.
10. **Veenhoven R**. Freedom and happiness: A Comparative in forty-four nations in the early 1990s. In: Diener E, Suh EM, editors. Culture and subjective well-being New York: MIT Press, 2002; p. 257-88.
11. **Seligman MEP**. Authentic Happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment, New York: Free Press, 2002.
12. Standarisasi pelayanan kesejahteraan sosial panti sosial tresna werdha (PSTW). Jakarta: Direktorat Bina Pelayanan Sosial Lanjut Usia Ditjen Pelayanan dan Rehabilitasi Sosial Departemen Sosial RI, 2002.
13. **Poerwandari EK**. Pendekatan kualitatif dalam penelitian psikologi. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi Universitas Indonesia (LPSP3 UI), 1998.
14. **Seligman MEP**. Learned optimism: How to change your mind and your life. New York: Pocket Books, 1998.