

## KEBAHAGIAAN PERSONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL PADA LANSIA: STUDI PADA LANSIA DI KOMUNITAS KELUARGA DAN PANTI JOMPO

Sofa Amalia<sup>1)</sup>, Miftakhul Ulfa<sup>2)</sup>, dan Frengki Aprianto<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Magister Psikologi, Universitas Padjadjaran Bandung

<sup>1,2,3)</sup> Prodi Keperawatan STIKES Widyagama Husada

### Abstract

*In general, social support of the environment can increase the level of happiness of the elderly. If the level of personal happiness increases, the elderly's life expectancy will increase as well. This study aimed at determining the differences of social support and the level of personal happiness in the elderly in the family and elderly nursing homes. This research used two different samples: the elderly who lived with their family and the elderly in the elderly nursing homes. These two samples were used because the psychological problems that occur on the elderly who lived with their family and who were in the elderly nursing homes were assumed to be different. The samples used were the elderly aging 55 years and above in Malang City. There were 50 people in the group of elderly who lived with their family and 50 elderly who lived in the Pangesti Lawang Nursing Home. The results from different tests showed no difference in personal happiness ( $F = 0373$ ,  $p > 0.05$ ) and social support ( $F = 0695$ ,  $p > 0.05$ ) in the elderly in the family and community nursing homes, while the correlation test results showed a strong correlation and significant between personal happiness and social support in the elderly ( $r = 0686$ ,  $p = 0.000$ ).*

**Keyword:** Social Support; Personal Happiness, Elderly, Family, Community, Nursing Home

### Abstrak

Secara harfiah dukungan sosial dari lingkungan dapat meningkatkan tingkat kebahagiaan pada lansia, dengan meningkatnya tingkat kebahagiaan personal angka harapan hidup lansia juga meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan dukungan sosial (*social support*) dan tingkat kebahagiaan personal (*personal happiness*) pada lansia di komunitas keluarga dan lansia di panti jompo. Menggunakan dua sampel yang berbeda yakni: lansia di komunitas keluarga dan lansia di panti jompo dengan alasan permasalahan psikologis yang terjadi pada lansia di komunitas keluarga dan panti jompo diasumsikan berbeda. Sampel yang digunakan adalah Lansia usia 55 tahun keatas di Malang Raya, berjumlah 50 Lansia yang tinggal di komunitas keluarga di Malang Raya dan 50 lansia yang tinggal di panti jompo yakni Panti Werdha Pangesti Lawang. Hasil dari uji beda menunjukkan tidak ada perbedaan pada kebahagiaan personal ( $F= 0.373, p>0.05$ ) dan dukungan sosial ( $F= 0.695, p>0.05$ ) pada lansia di komunitas keluarga dan panti jompo, sedangkan hasil uji korelasi menunjukkan ada hubungan yang kuat dan signifikan antara kebahagiaan personal dan dukungan sosial pada lansia ( $r=0.686, p=0.000$ ).

**Kata Kunci :** Dukungan Sosial ; Kebahagiaan Personal ; Lansia ; Komunitas; Keluarga; Panti Jompo

### PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahapan perkembangan manusia usia 60 tahun keatas, dimana pada tahap tersebut manusia telah mengalami penurunan fungsi-fungsi fisik maupun psikologis. Dalam kehidupan seseorang pastilah ingin meraih kebahagiaan, dimana kebahagiaan individu khususnya pada masa lansia dapat tercapai oleh keadaan kesehatan yang baik, dukungan sosial dari lingkungan, aktivitas rutin yang dilakukan, faktor spiritualitas, dll. Tiap-tiap orang memiliki intensitas kebahagiaan yang berbeda-beda pula.

Menurut Bradburn dkk (Ryff, 1989) kebahagiaan (*Happiness*) merupakan hasil dari kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh setiap manusia. Aristoteles menjelaskannya dengan sebutan *eudomonía* (Ryff, 1989). Kesejahteraan psikologis pada lansia penting untuk dikembangkan karena dengan kesejahteraan psikologis lansia menjadi lebih bahagia dan merasakan

kepuasaan dalam hidupnya, sehingga menghindarkan mereka dari kesendirian, ketidakbahagiaan, dan depresi. *Successful Aging* merupakan langkah penting yang harus dicapai sebagai lansia, dengan tercapainya *successful aging* akan memiliki tingkat harapan hidup yang lebih tinggi dan akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi sebagai akibat dari kepuasan hidup yang mereka miliki. Namun tidak semua lansia dapat mencapai *successful aging*. Ketidakberhasilan lansia dalam mencapai keadaan ini dapat dimungkinkan karena kondisi lingkungan sekitar (keluarga maupun komunitas) tidak memiliki peran yang signifikan yang membuat lansia memiliki keterikatan baik secara emosional.

Kebahagiaan personal akan tercapai apabila terjadi kesesuaian antara cita-cita seseorang dengan kenyataan yang dihadapi sekarang, baik menyangkut prestasi atau berbagai dimensi lain. Kebahagiaan merupakan

tujuan utama dalam kehidupan seseorang, menunjukkan kenikmatan atau kepuasan terhadap hidup. Kebahagiaan personal dalam *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* (Hills, 2002) dikaji dalam 8 faktor yakni : (1) Merasa kehidupan merupakan suatu anugerah (*Life is Rewarding*); (2) Mental selalu berpikiran positif (*Mentally Alert*); (3) Merasa bahagia dengan diri (*Pleased with Self*); (4) Menemukan keindahan diberbagai kondisi dan situasi (*Find Beauty in thing*); (5) Merasa puas dengan kehidupan (*Satisfied with Life*); (6) Dapat membagi waktu (*Can Organise Time*); (7) Terlihat menarik (*Look Attractive*); (8) Memiliki ingatan-ingatan bahagia (*Happy Memories*).

Dukungan sosial yang positif akan membantu kesejahteraan psikologis individu dan menyebabkan penyesuaian diri lebih baik secara keseluruhan. Cohen dan Wills (dalam Rook, 1990) mengidentifikasi empat aspek dukungan sosial, yaitu: dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penilaian. Dukungan sosial sangat penting dalam kehidupan individu, terlebih dalam kehidupan para lansia. Individu sebagai makhluk sosial selalu berhubungan satu sama lain, menjalin relasi, berinteraksi dan saling membutuhkan. Saat usia lansia tempat tinggal akan seseorang akan lebih bervariasi, beberapa lansia lebih senang tinggal di rumah sendiri, bersama anak ataupun saudara, dan beberapa yang lain karena satu dan lain hal tinggal di panti jompo. Keadaan lingkungan tinggal dapat mempengaruhi keadaan psikologis individu. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan

kebahagiaan personal dan dukungan sosial pada lansia di komunitas keluarga dan panti jompo, serta hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan personal pada lansia.

## METODE

### Sampel

Subjek penelitian adalah lansia dengan kisaran usia 55 tahun keatas yang tinggal di komunitas keluarga dan di panti jompo. Dengan jumlah subjek penelitian 50 lansia yang tinggal di komunitas keluarga dan 50 lansia yang tinggal di panti jompo. Lansia di komunitas keluarga adalah lansia yang tinggal di rumah dan panti jompo yang digunakan sebagai tempat penelitian adalah Panti Werdha Pangesti yang terletak di daerah Lawang, Kab. Malang. Proses pengambilan subjek penelitian dengan *quota random sampling*

Data Demografi	Jumlah	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	36	36
Perempuan	64	64
<b>Agama</b>		
Islam	62	62
Budha	4	4
Katolik	21	21
Kristen	13	13
<b>Marital Status</b>		
Menikah	54	54
Duda/Janda	33	33
Tidak Menikah	13	13
<b>Tinggal</b>		
Rumah Sendiri	50	50
Panti Jompo	50	50
<b>Usia</b>		
55 – 67 tahun	50	50
68 – 80 tahun	32	32
>81 tahun	18	18

**Pengukuran**

Dalam proses pengumpulan data, pengukuran dilakukan melalui skala atau kuesioner. Skala yang dipakai antara lain : (a) Skala Tingkat Kebahagiaan Personal (*Personal Happiness*), adaptasi dari skala baku yaitu *OHQ (The Oxford Happiness Questionnaire)* berjumlah 29 aitem, dengan 5 pilihan jawaban; dan (b) Skala Dukungan Sosial yang dikembangkan oleh peneliti dengan jumlah aitem sebelum pengujian adalah 40 aitem, dengan 4 pilihan jawaban.

Skala yang digunakan untuk mengukur kebahagiaan personal adalah skala baku yakni *The Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)*. Alat ukur ini dikembangkan di Inggris sekitar tahun 1998 dengan set asli berbahasa Inggris. Hasil uji validitas internal skala baku ini antara 0,26 – 0.69 dengan  $p < 0,001$ , sehingga secara konten isi tiap-tiap aitem telah menggambarkan kekuatan dalam mengukur kebahagiaan personal seseorang (Hills, 2002). Sedangkan uji reliabilitas pada skala OHQ dengan koefisien *alpha* sebesar 0,93 (Hills, 2002). Sedangkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan peneliti pada 40 partisipan diperoleh koefisien *alpha cronbach* sebesar 0.896.

Sedangkan Skala dukungan sosial keluarga memiliki nilai validitas antara antara 0.320 – 0.671, serta reliabilitas dengan koefisien dengan *alpha cronbach* sebesar 0.925. Hasil uji validitas skala dukungan sosial dengan total 40 aitem yang dibuat setelah dilakukan uji validasi diperoleh *full-set* skala untuk turun lapangan berjumlah 30 aitem.

**ANALISIS DATA**

Data yang terbentuk adalah data komparasi dan data korelatif. Data komparatif digunakan untuk mengetahui perbedaan Dukungan Sosial (*social support*) dan Kebahagiaan Personal (*Personal Happiness*) pada Lansia di Komunitas Keluarga dan Panti Jompo. Uji komparatif dilakukan dengan *T-test* dan uji korelatif dilakukan dengan *korelasi spearman-brown*.

**HASIL**

**Analisa Komparatif**

Hasil uji analisis dengan teknik komparatif untuk menguji perbedaan kebahagiaan personal lansia di komunitas keluarga dan panti jompo, serta perbedaan dukungan sosial di komunitas keluarga dan panti jompo diperoleh hasil sbb:

		F	Sig	Keterangan
Kebahagiaan Personal	Komunitas Keluarga	0.373	0.543	Tidak Signifikan
	Panti Jompo			
Dukungan Sosial	Komunitas Keluarga	0.695	0.406	Tidak Signifikan
	Panti Jompo			

Dari uji hipotesa perbedaan kebahagiaan personal antara lansia di komunitas keluarga dan panti jompo diketahui tidak ada perbedaan yang signifikan diantara kedua tempat tinggal lansia tersebut ( $F=0.373$ ;  $p>0.543$ ). Sedangkan hasil uji hipotesa perbedaan dukungan sosial keluarga antara lansia di komunitas keluarga dan panti jompo diketahui tidak memiliki perbedaan yang signifikan ( $F=0.695$ ;  $p >0.406$ ). Dari hasil uji hipotesa dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki kesamaan diantara lansia di komunitas keluarga dan panti jompo.

### Analisis Korelasi

Hasil uji hipotesis mengenai hubungan dukungan sosial dan kebahagiaan personal pada lansia diperoleh hasil sbb:

	r	Sig	Keterangan
Dukungan Sosial*Kebahagiaan Personal	0.686	0.000	Ada Hubungan

Dari hasil uji coba korelatif diperoleh hasil ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kebahagiaan personal ( $r=0.686$ ;  $p=0.000$ ). Korelasi bernilai positif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan personal, begitupun sebaliknya.

### Pembahasan dan Diskusi

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan personal seseorang khususnya lansia tidak dapat diukur dari ukuran tempat tinggal mereka, asumsi mengenai lansia di panti jompo kurang memiliki kebahagiaan daripada lansia yang tinggal di komunitas keluarga sepenuhnya belum terbukti. Bahagia dan tidak bahagia seseorang bukan dilihat dari dimana seseorang tinggal, karena kebahagiaan merupakan hal yang personal dan subjektif.

Bahwa tidak dapat menjadi acuan apakah seorang lansia memiliki dukungan sosial yang tinggi atau rendah ketika mereka tinggal di komunitas keluarga dan panti jompo. Lansia yang tinggal di panti jompo tidak menutup kemungkinan juga memiliki dukungan sosial dari lingkungan sosialnya, walaupun lingkup sosial mereka kemungkinan jauh lebih sempit dibanding dengan

lansia yang tinggal di komunitas keluarga. Namun perasaan tentang bagaimana lingkungan memperlakukan mereka tidak memiliki perbedaan yang signifikan antara lansia di komunitas keluarga dan di panti jompo. Rook (1990) menunjukkan bahwa Dukungan sosial menjadi sumber yang penting dalam peningkatan *psychological well-being* pada lansia. Penelitian-penelitian tersebut menjadi dasar bahwa kebahagiaan pada lansia juga didasari oleh dukungan sosial terutama dukungan sosial keluarga. Oleh karena itu dukungan sosial terutama dari keluarga dan orang-orang terdekat lain dapat meningkatkan kebahagiaan serta harapan hidup bagi lansia.

Keadaan sosial memiliki hubungan dengan kebahagiaan dan *well-being* lansia. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Purnomo (2009) disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap kepuasan hidup seseorang, dalam hal ini puas atau tidaknya hidup seseorang bisa dilihat dari apakah seseorang tersebut bahagia atau tidak.

Saran untuk penelitian selanjutnya guna menunjang perbedaan dukungan sosial dan kebahagiaan personal pada lansia di komunitas keluarga dan panti jompo mungkin dengan menambah jumlah sampel penelitian dan tidak hanya memakai satu panti jompo namun beberapa panti jompo dengan variasi dari segi fasilitas dan layanan. Dari beberapa penelitian ini maupun yang telah ada terkait lansia diharapkan dapat membantu mengembangkan program-program terkait peningkatan kualitas hidup dan keadaan psikologis lansia.

Selain itu beberapa penelitian lain terkait kebahagiaan pada lansia dapat dilakukan dengan menghubungkan dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi, misal: kesehatan, aktivitas, tipe kepribadian, spiritualitas, dll. Sehingga dapat lebih meningkatkan pemahaman terhadap permasalahan-permasalahan terkait gerontolis.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Syaifuddin. 2003. **Penyusunan Skala Sikap**. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Hills, Petter & Michael Argyle. 2002. *The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for The Measurement of Psychological Well-Being*. Personality and Individual Difference. 33(2002): 1073-1082
- Kashdan, Todd B. 2004. *The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire)*. Personality and Individual Difference. 36 (2004): 1225.-1232
- Komisi Lanjut Usia. 2010. **Profil Penduduk Lanjut Usia 2009**. Jakarta
- Collins, Amy L., Natalia S., Ellen Winner. 2008. *Flow Happiness in Later Life: An Investigation into the Role Daily and Weekly Flow Experiences*. Research Paper. Boston: Springer Science and Business Media.
- Monks, F. J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. 2002. **Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya**. Yogyakarta: UGM Press
- Papalia, Olds, Feldman. 2009. *Human Development: Perkembangan Manusia Buku 2. Edisi 10*. Jakarta : Salemba Humanika
- Purnomo, Akhmad. 2009. **Kepuasan Hidup dan Dukungan Sosial Lanjut Usia**. Yogyakarta: B2P3KS Press
- Ryff, Carol D. 1989. *Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being*. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 57, No. 6, 1069-1081
- Sopiyudin, M. Dahlan. 2011. **Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan**. Jakarta: Salemba Medika
- Tamher, S & Noorkasiani. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tayag, Arelene G. *Assessing Social Support in Children: Development & Initial Validation of The Social Support Questionnaire for Children*. Dissertation. 2011. Lousiana University.