

BAB II

KAJIAN KONSEPTUAL

2.1 Penelitian Terdahulu

Peneliti mengutip sejumlah karya penelitian sebagai bahan referensi untuk memperkaya kajian pada penelitian peneliti. Berikut penelitian terdahulu yang dijadikan referensi peneliti:

1. Pencapaian *Successful Aging* pada Lansia Studi Kasus di Masjid Raya Baitul Izzah dan Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) Kota Bengkulu oleh Nurhasanan Agustina (2019).

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian yaitu penelitian lapangan (Field Research). Hasil penelitian menunjukkan bahwa :Secara kesehatan, faktor kesehatan jasmani dan psikologis merupakan indikator kesuksesan bagi seseorang yang menjalani masa tua. Lansia yang sukses adalah lansia yang secara psikologis memiliki sikap-sikap positif seperti: mampu menyelesaikan permasalahan pada dirinya, serta tercapainya tujuan dan memaknai hidup dengan baik, kemudian ia juga masih sanggup melaksanakan kegiatan yang dapat mengisi waktu sehari-harinya. Lansia yang sukses adalah lansia yang masih diterima di masyarakat, yang masih dibutuhkan di lingkungan masyarakat, baik di acara hajatan, pernikahan, ataupun masih diminta pendapat saat ada rapat panitia di masyarakat ataupun masih aktif dalam organisasi.

2. Dukungan Sosial Untuk Meningkatkan *Successful Aging* Pada Komisi Lansia Danur Kencono Kecamatan Danurejan Kota Yogyakarta oleh Mutia Azmi (2020).

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menggunakan metode penelitian lapangan (*Field Research*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk-bentuk dukungan social Komisi Lansia Danur Kencono dalam meningkatkan *Successful Aging* pada lansia Kecamatan Danurejan adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan kelompok.

3. Lansia Bekerja dan Pencapaian *Successful Aging* di Dusun Tepus Desa Makam Kecamatan Rembang Kabupaten Purbalingga oleh Yazid Agung Laksana (2022).

Penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa indikator tercapainya *Successful Aging* ditandai oleh kematangan sikap dan keoptimalan fungsi baik dari unsur fisik, psikis, kognitif, sosial, maupun religiusitas seorang lansia. Selanjutnya, alasan mengapa lansia bekerja adalah didasari oleh prinsip hidup mandiri dan tidak ingin membebani keluarga, serta adanya panggilan hati, dimana lansia menjalankan rutinitas bekerja berdasarkan kemauan sendiri tanpa paksaan orang lain.

Penelitian terdahulu diatas diuraikan pada tabel perbedaan dan persamaan penelitian dibawah ini:

Tabel 2.1 Perbedaan dan Persamaan Penelitian

Nama	Judul dan Tahun	Metode	Perbedaan	Persamaan
Nurhasanan Agustina	Pencapaian <i>Successful Aging</i> pada Lansia Studi Kasus di Masjid Raya Baitul Izzah dan Pimpinan Wilayah Muhamadiyah (PWM) Kota Bengkulu (2019).	Kualitatif	Terletak pada lokasi penelitian	Terletak pada variabel penelitiannya yaitu <i>successful aging</i> dan subjek penelitiannya yaitu lanjut usia .
Mutia Azmi	Dukungan Sosial Untuk Meningkatkan <i>Successful Aging</i> Pada Komisi Lansia Danur Kencono Kecamatan Danurejan Kota Yogyakarta (2020).	Kualitatif	Terletak pada variable penelitiannya yaitu Dukungan Sosial dan lokasi penelitian.	Terletak pada subjek penelitiannya yaitu lanjut usia .
Yazid Agung Laksana	Lansia Bekerja dan Pencapaian <i>Successful Aging</i> di Dusun Tepus Desa Makam Kecamatan Rembang Kabupaten Purbalingga (2022).	Kualitatif	Terletak pada lokasi penelitian dan subjek penelitian yaitu lansia yang masih aktif bekerja.	Terletak pada variabel penelitiannya yaitu <i>successful aging</i> .

2.2 Teori yang Relevan dengan Penelitian

2.2.1 Tinjauan tentang Successful Aging

1. Pengertian *Successful Aging*

Successful Aging merupakan penuaan yang sukses, dan tercegahnya dari berbagai macam penyakit, yang berarti suatu kondisi terhadap lansia yang optimal. Serta sehat secara fisik, mandiri dalam melakukan kegiatan sehari-hari, memiliki fungsi kognitif yang baik dan masih melakukan kegiatan sosial dengan masyarakat atau dengan lingkungan sekitar (Rahmawati,2016).

Indahwati (2016) menjelaskan *successful Aging* merupakan kondisi lanjut usia yang masih dapat melakukan kegiatan secara mandiri, panjang umur, tercegah dari penyakit, dan fungsi kognitifnya baik, sehingga memungkinkan lanjut usia bisa menikmati masa senjanya dengan bahagia serta bermakna dengan tetap aktif dalam melakukan kegiatan.

Doris (Hamidah dan Wrastari, 2012) berpendapat bahwa *successful aging* adalah kondisi dimana seseorang tidak mengalami sakit, artinya sehat secara fisik, aman secara finansial, produktif dan memiliki pekerjaan, mandiri dalam kehidupannya, mampu berpikir optimis dan positif, serta tetap terlibat aktif dengan orang lain yang dapat memberikan makna dan dukungan secara sosial dan psikologis dalam hidupnya.

Pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa penuaan yang sukses (*successful aging*) mengacu pada kondisi lanjut usia yang mampu

menjaga kesehatan fisik, psikis, tetap mandiri, mampu terlibat dalam kegiatan sosial dan menemukan makna dan tujuan hidup.

2. Aspek-Aspek *Successful Aging*

Rowe dan Khan (dalam Nindialoka, 2017) dalam penelitiannya yang menyebutkan bahwa *successful aging* dapat ditinjau dari beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut di antaranya adalah sebagai berikut:

a. Menghindari terjangkitnya penyakit fisik/biologis

Lansia harus mengupayakan dirinya agar tetap sehat secara jasmani. Hal ini dilakukan dengan menjaga pola makan, berolahraga, dan istirahat yang cukup serta konsumsi vitamin sehingga para lansia bisa menjauhkan diri dari banyak faktor resiko penyakit.

b. Menjalinkan hubungan sosial yang baik

Para lansia hendaknya memiliki banyak relasi pertemanan, hal ini bermanfaat bagi dirinya sebagai sumber pertukaran informasi terutama berkaitan dengan informasi seputar lansia.

c. Berfungsinya kognitif dan psikis secara optimal

Kemampuan lanjut usia dalam mengintegrasikan kemampuan masa lalu dengan masa sekarang sehingga bisa memberi manfaat bagi lingkungannya. Hal ini terkait dengan wawasan yang luas serta pengalaman hidup yang dimiliki oleh lansia.

d. Mendapat dukungan sosial

Dukungan sosial yang diberikan kepada lansia mampu meningkatkan kesehatan fisik dan mentalnya secara signifikan.

Dukungan ini bisa berasal dari lingkungan keluarga, tempat mereka tinggal, ataupun lingkungan pertemanan para lansia.

Lawton (dalam Weiner, 2003) memaparkan *successful aging* dalam 4 (empat) aspek yaitu meliputi :

a. *Functional Well*

Keadaan lanjut usia yang tetap berfungsi maksimal, baik fungsi fisik, psikis, dan kognitif tetap terjaga dan dapat bekerja secara optimal, termasuk kemampuan mencegah berbagai penyakit, kapasitas fungsi fisik dan kognitif yang tinggi, serta aktif dalam kehidupan.

b. *Psychological Well being*

Kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya 6 (enam) fungsi psikologis yang positif yaitu:

1) *Self acceptance*

Penerimaan diri atau *self acceptance* yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya. Kemampuan ini memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap dirinya sendiri dan kehidupan yang dijalani.

2) *Positive relationship with other*

Individu yang baik pada dimensi ini ditandai dengan hubungan yang hangat, memuaskan, dan saling percaya dengan orang lain. Ia juga memiliki rasa kasih sayang dan empati yang

kuat. Sebaliknya individu yang kurang terhubung dengan orang lain, sulit bersikap ramah, dan enggan mempunyai ikatan dengan orang lain, menandakan bahwa ia kurang baik dalam dimensi ini.

3) *Autonomy*

Dimensi otonomi menjelaskan mengenai penentuan nasib sendiri, kemandirian, dan kemampuan mengatur perilaku. Individu yang baik dalam dimensi ini dapat menolak tekanan sosial untuk berpikir dan berperilaku dengan cara tertentu serta dapat menilai dirinya berdasarkan standar pribadi. Sebaliknya, individu yang dimensi *autonomy* nya yang rendah akan mementingkan ekspektasi dan evaluasi orang lain, mengambil keputusan berdasarkan penilaian orang lain, dan cenderung mengharapkan konformis.

4) *Control over one's environment*

Individu yang pandai dalam dimensi ini dapat memanipulasi keadaan agar sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadinya, serta dapat berkembang secara kreatif melalui aktivitas fisik dan mental. Sebaliknya, individu yang tidak baik dalam dimensi ini akan terlihat tidak mampu mengatur kehidupan sehari-hari dan kurang memiliki kendali terhadap lingkungan eksternalnya.

5) *Purpose in live*

Individu yang baik dalam dimensi ini merasa kehidupannya saat ini dan masa lalunya bermakna, mempunyai keyakinan yang membantunya mempunyai tujuan hidup dan mempunyai tujuan

yang ingin dicapai dalam hidup, bisa dikatakan orang tersebut mempunyai tujuan hidup yang baik.. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi ini merasa tidak mempunyai tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya, tidak melihat manfaat dalam kehidupannya yang lalu, dan tidak mempunyai kepercayaan yang membuat hidup lebih berarti.

6) *Personal growth*

Dimensi pertumbuhan pribadi menjelaskan mengenai kemampuan individu dalam mengembangkan potensi dalam diri dan tumbuh sebagai seorang manusia. Dimensi ini diperlukan agar individu dapat berfungsi secara optimal secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah perlunya aktualisasi diri, misalnya bersikap terbuka dengan pengalaman.

Individu yang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi yang dimilikinya dan mampu melihat peningkatan pada dirinya dan perilakunya seiring berjalannya waktu. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menunjukkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa ia adalah seorang pribadi yang stagnan, tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani.

c. *Selection optimization compensation*

Model SOC (*Selection optimization compensation*) adalah model pengembangan yang mendefinisikan proses universal untuk mengatur perkembangan. Proses ini bervariasi fenotipe biasanya, bergantung pada konteks sosio-historis dan budaya, domain fungsi (misalnya, hubungan sosial fungsi kognitif), serta pada tingkat analisis (misalnya, masyarakat, kelompok, atau tingkat individu). Dari perspektif aksi-teoretis, seleksi, optimasi, dan kompensasi mengacu pada proses pengaturan, mengejar, dan memelihara tujuan pribadi.

1) Seleksi

Seleksi mengacu pada pengembangan, menguraikan, dan komitmen terhadap tujuan pribadi. Sepanjang masa hidup, peluang biologi, sosial, dan individu dan kendala menentukan, berbagai domain alternatif berfungsi. Jumlah pilihan, seringkali melebihi jumlah sumber daya internal dan eksternal yang tersedia untuk individu, harus dikurangi dengan memilih sebagian dari bidang-bidang tersebut untuk dijadikan fokus sumber daya. Hal ini sangat penting terutama di usia lanjut, saat sumber daya semakin menurun

2) Optimasi

Untuk mencapai hasil yang diharapkan dalam domain yang dipilih, berarti tujuan yang relevan perlu diperoleh, diterapkan dan halus. Cara yang paling cocok untuk mencapai tujuan seseorang

bervariasi sesuai dengan domain tujuan tertentu (misalnya, keluarga, olahraga), karakteristik pribadi (misalnya, umur, jenis kelamin), dan konteks sosial budaya (misalnya, sistem dukungan kelembagaan). Contoh prototipikal optimasi adalah investasi waktu dan energi ke dalam akuisisi berarti tujuan yang relevan, pemodelan sukses orang lain, dan praktek keterampilan tujuan yang relevan.

3) **Kompensasi**

Pemeliharaan fungsi positif dalam menghadapi kerugian mungkin sama pentingnya bagi penuaan sukses sebagai fokus pertumbuhan yang berkelanjutan.

d. *Primary and Secondary Control*

Dalam semua aktivitas yang berkaitan dengan kelangsungan hidup dan prokreasi, seperti mencari makanan, bersaing dengan saingan, atau menarik pasangan, individu berusaha untuk mendapatkan kendali untuk mencapai hasil yang diinginkan dan mencegah hasil yang tidak diinginkan. Kecenderungan motivasi yang paling mendasar dan universal yang terkait dengan dasar ini ditujukan untuk mengendalikan lingkungan, atau lebih khusus lagi, menciptakan konsistensi antara perilaku dan kejadian di lingkungan. Ini disebut kontrol primer (*primary control*). Sedangkan kontrol sekunder (*secondary control*) mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatur keadaan mental, emosi, dan motivasinya.

3. **Komponen *Successful Aging***

Robert Bala (2020) menjelaskan *successful aging* dalam 3 (tiga) komponen yaitu meliputi:

a. Meminimalkan risiko munculnya berbagai penyakit dan akibat yang berhubungan dengan penyakit tersebut

Hal ini didasarkan atas keyakinan bahwa dengan berjalannya waktu lanjut usia mengalami penurunan fisik secara perlahan. Pada kondisi ini lansia tidak menghindari penyakit karena hal itu diterima atau tidak pasti datang yang terbaik adalah meminimalisir risiko. Misalnya lanjut usia yang mengalami kerapuhan tulang dan gampang terjatuh menggunakan tongkat merupakan alternatif mengurangi risiko.

b. Mengelola secara baik fungsi-fungsi fisik maupun kognitif

Aspek ini penting karena secara positif lansia mengelola kekuatannya yang masih ada baik secara fisik maupun kognitif. Secara fisik lansia melakukan upaya agar kondisi fisiknya tetap baik. Demikian juga secara kognitif lansia memiliki kecerdasan yang harus dijaga.

c. Terlibat aktif dalam kehidupan

Aspek ini dimaknai sebagai proses untuk bersifat proaktif dalam kehidupan serta memiliki hubungan sosial yang baik dan melakukan aktivitas yang produktif.

4. Faktor-faktor *Successful Aging*

Robert Bala (2020) menjelaskan *successful aging* bisa dicapai ketika ditunjang oleh beberapa faktor, ada 5 (lima) hal yang menjadi penunjang yaitu sebagai berikut:

a. Faktor fisik dan kesehatan

Pola hidup yang sehat akan membuat keadaan fisik dan keadaan lanjut usia tetap terjaga. Pola hidup sehat yang dimaksud adalah mengontrol pola makan seperti menghindari makanan yang menyebabkan penyakit, mengonsumsi nutrisi dan vitamin bagi kesehatan tubuh, rutin melakukan pemeriksaan kesehatan, dan aktif berolahraga untuk menjaga kesehatan fisik.

b. Faktor aktivitas

Lanjut usia sebaiknya memanfaatkan waktu luang mereka dengan melakukan aktivitas-aktivitas yang disenangi, seperti aktif di kegiatan lingkungan, membantu anak-anak belajar berdoa, atau menjadi guru les yang akan membuat lanjut usia merasa masih berguna baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain.

c. Faktor psikologis

Sikap-sikap positif seperti menyadari kekurangan yang ada dalam diri, mampu menghadapi serta menyelesaikan permasalahan dalam diri, dan mencapai tujuan serta memaknai hidup dengan baik akan membuat lanjut usia menjalani usia senjanya dengan perasaan optimis.

d. Faktor sosial

Adanya dukungan baik dari keluarga maupun lingkungan kepada lanjut usia, maka mereka akan lebih bersemangat dalam melaksanakan tugas-tugasnya.

e. Faktor religiusitas

Di masa tua, yaitu ketika lanjut usia menghadapi aneka masalah, kepasrahan pada Tuhan sangatlah penting. Dengannya lanjut usia mampu melihat secara positif makna hidup “*positive reappraisal*” sehingga ia bias lebih optimistis.

Kesimpulan dari uraian diatas adalah bukan hanya faktor fisik dan kesehatan saja yang berdampak pada *successful aging* namun juga diikuti dengan faktor aktivitas, psikologis, sosial dan religiusitas lanjut usia. Selain itu

5. Faktor yang Menghambat *Successful Aging*

Karamivand (2022) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa umur panjang dan kualitas hidup sangat ditentukan oleh apa yang dilakukan seseorang dalam menjaga kesehatan fisik dan mentalnya seperti mendapatkan perawatan medis yang tepat waktu dan efektif, mempertahankan berat badan yang sehat dan makan sehat, tidur yang cukup, berolahraga, menghindari konsumsi alkohol, merokok dan kebiasaan yang tidak sehat, hubungan sosial, sikap positif terhadap kehidupan dan menghindari stress serta depresi.

Lanjut usia yang mengalami obesitas (pola hidup tidak sehat), merokok, tidak memiliki akses terhadap layanan kesehatan, tidak memiliki pandangan hidup yang positif lebih cenderung mengalami kesulitan dalam mencapai penuaan yang sukses.

6. Bentuk Pencapaian *Successful Aging*

Konsep menua sukses ternyata tidak hanya terpaku pada kesehatan fisik maupun mental, namun juga faktor intelektual, emosional, sosial dan cultural penting dan terbukti berdampak pada terciptanya menua yang sukses. Dari segi kesehatan fisik pun, ternyata didapatkan bahwa bukan penyakit yang paling berperan tetapi lebih pada bebas dari keterbatasan fisik (Setiati et al., 2014).

Penelitian MacArthur *Longitudinal Study on Successful Aging* dalam buku ajar ilmu penyakit dalam, menyimpulkan bahwa menua yang sukses terdiri dari tiga komponen, yaitu:

- a. Risiko rendah mengalami sakit dan disabilitas akibat penyakit
- b. Kemampuan kognitif dan fisik yang tinggi, dan
- c. Kehidupan yang aktif, termasuk hubungan interpersonal yang baik dan aktivitas yang produktif

Kesimpulan dari komponen-komponen diatas adalah lansia yang mengalami *successful aging* memiliki resiko rendah terkena penyakit, kondisi kognitif dan fisiknya baik sehingga lanjut usia dapat melakukan kegiatan secara aktif dan produktif.

Hendriani dkk (2022) menjelaskan bahwa lanjut usia yang dapat mencapai *successful aging* memiliki kriteria sebagai berikut:

a. Memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi

Tingkat kepuasan hidup pada lanjut usia ditunjukkan dengan memiliki kondisi fisik dan mental yang sehat sehingga muncul kemandirian dalam diri lanjut usia. Lanjut usia yang mandiri biasanya paham akan kondisi kesehatannya serta bisa menerima perubahan akan kondisi fisik yang menua. Keberhasilan dalam memahami dan menerima kondisi fisik ini berdampak pada perasaan bahagia pada lanjut usia. Mereka bisa mengurus diri sendiri, berperan dalam kehidupan keluarga, dan masih ikut serta dalam kegiatan masyarakat.

b. Memiliki integritas pribadi yang tinggi

Lanjut usia mengalami banyak perubahan fisik dan beranggapan bahwa kehidupan sudah dekat dengan akhir hayat. Oleh sebab itu, pada masa ini lansia membutuhkan kasih sayang dari keluarga terdekat, hal tersebut berguna untuk meningkatkan kebahagiaan pada diri lanjut usia karena merasa dianggap, diterima, dan dihargai oleh orang-orang di sekelilingnya.

c. Mampu mempertahankan sistem dukungan sosial yang masih berarti

Kehidupan bersosialisasi lanjut usia merupakan gambaran mengenai perilaku lanjut usia dalam lingkungan selama hidupnya. Hal ini berkaitan dengan wujud aktualisasi lanjut usia dalam kegiatan yang

disukainya. Lanjut usia memiliki kebebasan untuk menentukan kegiatan yang diikutinya dalam masyarakat sehingga masih terjalin interaksi yang kuat antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya, dan hal ini berguna untuk mempertahankan dukungan sosial pada diri lanjut usia.

d. Memiliki kondisi fisik dan mental yang sehat

Lanjut usia perlu menerapkan pola hidup yang sehat dengan peka terhadap kondisi kesehatannya, mengonsumsi makanan yang sehat, rutin melakukan kegiatan olahraga agar badan tetap bugar, serta memperhatikan pola istirahat. Lanjut usia yang memiliki konsep diri yang baik akan bisa melewati dan mengendalikan setiap kondisi fisik maupun mental yang mereka rasakan.

e. Memiliki keamanan finansial

Lanjut usia harus bisa menyesuaikan gaya hidupnya dengan kondisi penurunan penghasilan atau bahkan pada lanjut usia yang tidak berpenghasilan pada masa tuanya. Pada fase ini, kematangan emosi dan kebijaksanaan lanjut usia perlu diterapkan pada kondisi seperti ini.

f. Mampu mengendalikan hidupnya sendiri sehingga dapat menentukan nasibnya sendiri dan tidak tergantung pada orang lain

Kemandirian, kemampuan berkomunikasi, kemampuan bersosialisasi, serta keadaan finansial yang dimiliki lanjut usia diperlukan guna mengendalikan kehidupan lanjut usia. Hal ini

bertujuan agar lanjut usia mampu hidup secara mandiri tanpa menggantungkan nasibnya pada orang lain.

2.2 2 Tinjauan tentang Lanjut Usia

1. Pengertian Lanjut Usia

Menurut Undang-Undang No.13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia yang dimaksud dengan lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun (enam puluh) tahun keatas. WHO (Dede Nasrullah, 2016) menyebutkan bahwa seorang Lansia itu yang pertama disebut dengan usia pertengahan (*middle age*) yang berkisaran berumur 45-59 tahun, yang kedua Lanjut usia (elderly) berumur sekitar 60-74 tahun, yang ketiga Lanjut usia tua (old) yang berumur 75-90 tahun, dan yang terakhir disebut dengan Usia sangat tua (very old) yang berumur diatas 90 tahun.

2. Ciri-Ciri Lanjut Usia

Hurlock (Supriadi, 2018) mengelompokkan ciri-ciri manusia lanjut usia sebagai berikut:

a. Adanya perubahan fisik pada usia lanjut

Perubahan fisik pada lansia berbeda-beda pada setiap individu meskipun usianya sama, namun secara umum perubahan fisik tersebut dapat digambarkan dengan beberapa perubahan, antara lain antara lain:

1) Perubahan pada penampilan

Perubahan penampilan pada manusia lanjut usia tidak muncul secara bersamaan, namun tanda-tanda seperti pada daerah kepala,

tanda-tanda ketuaan pada wajah, perubahan-perubahan pada daerah tubuh dan perubahan pada persendian, perubahan-perubahan tersebut menyebabkan penurunan fisik pada lanjut usia.

2) Perubahan pada bagian tubuh

Perubahan pada bagian ini terlihat dengan adanya perubahan sistem saraf terutama pada bagian otak, sehingga perubahan ini menyebabkan penurunan kecepatan belajar dan penurunan kemampuan intelektual.

3) Perubahan pada fungsi fisiologis

Perubahan pada fungsi fisiologis ini ditandai dengan tingkat denyut nadi dan konsumsi oksigen lebih beragam, meningkatnya tekanan darah, berkurangnya kandungan creatine dan terjadinya penurunan jumlah waktu tidur. Akibat perubahan tersebut, lansia mengalami kemunduran dari segi fisiknya.

4) Perubahan pada panca indra

Pada usia lanjut, fungsi seluruh organ pengindraan mengalami penurunan sensitivitas dan efisiensi kerja seperti berkurangnya kemampuan fungsi penglihatan, pendengaran, perasa, penciuman, perabaan dan sensitivitas pada rasa sakit.

5) Perubahan seksual

Perubahan seksual lansia terlihat setelah berhentinya reproduksi, hal ini terjadi bila wanita memasuki usia lanjut dengan terjadinya monopause, dan klimaterik pada laki-laki.

b. Perubahan kemampuan motorik pada usia lanjut.

Lanjut usia menyadari bahwa mereka mengalami perubahan menjadi lebih lambat dan koordinasi dalam beraktivitas kurang baik dibandingkan pada saat masih muda. Perubahan ini disebabkan oleh pengaruh fisik dan fisiologis, sehingga mengakibatkan penurunan kekuatan dan tenaga dan dari segi psikologis muncul perasaan rendah diri, kurangnya motivasi dan lainnya. Perubahan kemampuan motorik ini mempunyai berdampak besar terhadap penyesuaian pribadi dan sosial pada lanjut usia.

c. Perubahan kemampuan mental pada usia lanjut.

Perubahan dalam kemampuan mental pada lanjut usia bervariasi di setiap individu, meskipun ada perbedaan dalam pola pikir dan pengalaman intelektualnya. Secara umum, mereka yang mempunyai pengalaman intelektual lebih tinggi, secara relatif penurunan dalam efisiensi mental kurang dibandingkan dengan mereka yang pengalaman intelektualnya rendah, hal ini disebabkan adanya tingkat penurunan mental yang bervariasi.

d. Perubahan minat pada usia lanjut

Perubahan minat orang dari segala usia terkait dengan keberhasilan penyesuaian mereka. Demikian pula penyesuaian pada lanjut usia, sangat dipengaruhi oleh perubahan minat dan keinginan yang dilakukan secara sukarela atau karena paksaan. Bila lanjut usia mengadakan perubahan minat dan keinginannya secara sukarela

dengan harapan ia akan memperoleh kebahagiaan tersendiri dari perubahan itu.

Minat dan keinginan seseorang dari segala usia beragam, hal ini juga sangat berbeda pada lanjut usia, bagaimanapun juga keinginan tertentu mungkin dianggap sebagai tipe keinginan lanjut usia pada umumnya antara lain: perubahan dan minat pribadi. yang cenderung bersikap fokus pada diri sendiri dan tanpa memperdulikan orang lain, minat berekreasi tetap ada pada lanjut usia, keinginan sosial, keinginan yang bersifat keagamaan serta minat terhadap kematian (Hurlock, 1997:386-402).

Kesimpulan dari uraian diatas adalah banyak perubahan yang terjadi pada individu yang berusia lanjut, perubahan tersebut meliputi fisik, kemampuan motorik dan mental serta perubahan dalam minat pribadi.

3. Tugas Perkembangan Lanjut Usia

Havighurst (Afrizal, 2018) menjelaskan tugas-tugas perkembangan pada lanjut usia adalah sebagai berikut:

- a. Menyesuaikan dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
- b. Menyesuaikan dengan masa pensiun dan berkurangnya income (penghasilan) keluarga.
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
- e. Membentuk pengaturan fisik yang memuaskan
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial yang luas

2.2 3 Tinjauan tentang Pekerjaan Sosial dengan Lanjut Usia

1. Pengertian Pekerjaan Sosial

Pekerjaan sosial menurut Siporin dalam Adi Fahrudin (2012) didefinisikan sebagai metode kelembagaan sosial untuk membantu orang untuk mencegah dan memecahkan masalah-masalah sosial mereka, untuk memulihkan dan meningkatkan keberfungsian sosial mereka.

Pekerjaan sosial menurut *Internasional Federation of Social Worker* (IFSW), adalah profesi yang berperan meningkatkan perubahan sosial, pemecahan masalah dalam hubungan-hubungan manusia serta pemberdayaan dan pembebasan orang untuk meningkatkan kesejahteraan. Menggunakan teori-teori perilaku manusia dan sistem sosial, pekerjaan sosial melakukan intervensi pada titik-titik tempat individu berinteraksi dengan lingkungannya. Prinsip-prinsip hak asasi manusia dan keadilan sosial merupakan dasar bagi pekerjaan sosial (dalam Dubois & Miley, 2005, hal.4).

2. Pekerjaan Sosial dengan Lanjut Usia

Peningkatan kesejahteraan sosial lansia merupakan hal yang penting agar lansia berdaya dan mampu berperan dalam kegiatan pembangunan dengan memperhatikan fungsi, pengetahuan, keahlian, keterampilan, pengalaman, umur dan kondisi fisiknya, serta menjaga kesehatannya. Pemberdayaan ini bertujuan untuk memperpanjang usia harapan hidup lanjut usia beserta masa produktifnya. Sehingga tercipta kemandirian dan

kesejahteraan bagi para lanjut usia dan mereka tidak merasa terpuruk dengan kondisi mereka di masa tua (Eliza dkk, 2023)

Pelayanan sosial merupakan wujud kegiatan pekerja sosial dalam praktik profesionalnya. Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2012 Tentang Pedoman Pelayanan Sosial Lanjut Usia dijelaskan bahwa pelayanan sosial lanjut usia adalah upaya yang ditujukan untuk membantu lanjut usia dalam memulihkan dan mengembangkan fungsi sosialnya. Pekerja sosial sebagai pelaksana pelayanan sosial bagi lansia berperan dalam memberikan perlindungan sosial, membantu para lanjut usia untuk menjangkau sumber-sumber yang diperlukan dalam rangka meningkatkan keberfungsian sosial. Pekerja sosial juga berfokus untuk memberikan pelayanan dan dukungan yang dibutuhkan lansia pada masa tuanya (Skidmore,1974:252)

3. Peranan Pekerjaan Sosial dengan Lanjut Usia

Peranan yang dapat ditampilkan oleh pekerja sosial dalam praktek pelayanan terhadap lanjut usia adalah sebagai berikut:

a. Broker

Pekerja sosial berperan sebagai *broker* dengan menghubungkan klien dengan lembaga-lembaga atau pihak-pihak lainnya yang memiliki sumber-sumber yang diperlukan.

b. Enabler

Pekerja sosial sebagai *enabler* berperan memberikan dorongan dan saran-saran pada sistem penerima layanan sehingga

memungkinkan dan memudahkan dalam pemenuhan kebutuhan dan memecahkan masalah.

c. *Fasilitator*

Pekerja sosial membantu klien untuk memfasilitasi penyelenggaraan usaha-usaha kesejahteraan sosial dalam rangka mewujudkan tujuan keberfungsian sosial.

Ife (2002) menjelaskan peranan fasilitatif merupakan peranan yang dicurahkan untuk memberikan semangat dan dukungan kepada individu, kelompok dan masyarakat untuk menggunakan potensi dan sumber yang dimiliki sehingga meningkatnya produktivitas dan pengelolaan usaha secara efisien.

d. *Empowerer*

Pekerja sosial sebagai pemberdaya (*empowerer*) berperan untuk menghormati harkat dan martabat klien, mengoptimalkan kemampuan dan keterampilan, meningkatkan integritas sosial dalam rangka memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan.

e. *Coordinator*

Pekerja sosial sebagai *coordinator* melakukan jaringan kerja dan hubungan kerja sama dengan berbagai pihak terkait penanganan klien. Koordinasi dilakukan agar kegiatan dapat terintegrasi sesuai dengan tugas pokok dan fungsi masing-masing lembaga.

2.2 4 Tinjauan tentang *Social Group Work*

Pekerja sosial dalam pelaksanaan praktiknya memiliki metode pekerjaan sosial. Metode pekerjaan sosial adalah prosedur kerja yang teratur dan sistematis yang diterapkan oleh pekerja sosial untuk memberikan pelayanan sosial. Metode dalam pekerjaan sosial meliputi *social case work*, *social group work* dan *community organization/community development (COCD)*.

Social group work merupakan metode untuk bekerja dengan menghadapi orang-orang didalam kelompok, bertujuan untuk peningkatan kemampuan dalam melaksanakan fungsi sosial serta pencapaian tujuan-tujuan yang secara sosial dianggap baik (Soetarso, 1976 dalam Hendrianto, 2022). Menurut Robert W.Klenk dan Robert M.Ryan (1974) menjelaskan *social group work* sebagai salah satu metode pekerjaan sosial untuk memperbaiki dan meningkatkan fungsi-fungsi sosial individu melalui pengalaman kelompok yang disusun secara sadar dan bertujuan.

Zastrow (2006) menjelaskan variasi kelompok dalam pekerjaan sosial adalah sebagai berikut:

1. *Social Conversation Group*

Kelompok percakapan sosial melibatkan klien yang umumnya memiliki hubungan yang tidak terlalu dekat. Dalam pekerjaan sosial, percakapan sosial memiliki tujuan hanya untuk membangun sebuah relasi/kenalan. Tujuan tersebut tidak perlu menjadi percakapan yang

membosankan, topik pembicaraan dapat dengan mudah diubah dan biasanya tidak ada agenda formal dalam percakapan sosial.

2. *Recreation Group*

Kelompok rekreasi dikategorikan sebagai kelompok informal, yang menawarkan ruang melakukan aktivitas bersifat rekreasi dan olahraga. Aktivitas seperti bermain di taman bermain, kegiatan olahraga tanpa adanya pemimpin. Kelompok rekreasi diklaim membantu membangun karakter dan interaksi antar individu.

3. *Task Group*

Kelompok tugas dibentuk untuk mencapai serangkaian tujuan tertentu meliputi, 1) mengidentifikasi kebutuhan atau masalah, 2) menghasilkan penyelesaian masalah yang teridentifikasi, 3) untuk mengecek alternatif pendekatan masalah. Kelompok mendiskusikan masalah spesifik atau beberapa topik terkadang dengan bantuan kuesioner dan moderator aktif menjaga percakapan tetap berorientasi pada topik. Kelompok dibentuk untuk mengumpulkan informasi dan menghasilkan ide yang tidak dapat diketahui melalui wawancara individu.

4. *Problem Solving Group*

Penyedia layanan sosial menggunakan pertemuan kelompok untuk mencapai tujuan seperti mengembangkan rencana perawatan untuk klien atau sekelompok klien atau memutuskan cara terbaik untuk mengalokasikan sumber daya. Data mengenai kebutuhan

dikumpulkan dan kelompok dapat digunakan sebagai sarana untuk mengembangkan sebuah program atau berkoordinasi dengan lembaga-lembaga yang ada untuk menyediakan layanan. Dalam kelompok ini, setiap anggota memiliki kepentingan dalam proses kelompok bertujuan mendapatkan manfaat bagi pribadi. Kelompok dipimpin secara formal oleh seorang pemimpin.

5. *Self Help Group*

Self Help Group merupakan kelompok yang dibentuk untuk saling membantu dalam memenuhi kebutuhan bersama, mengatasi masalah atau hambatan yang mengganggu kehidupan dan membawa perubahan sosial dan pribadi yang diinginkan. Anggota kelompok saling memberikan bantuan materi serta dukungan emosional, mereka berorientasi pada tujuan.

Self Help Group membantu anggota mengungkapkan masalah dan menceritakan pengalaman terkait dan rencana untuk menangani masalah. Setelah mengalami penderitaan dan konsekuensi dari masalah yang dihadapi, anggota kelompok bukan hanya membantu diri mereka sendiri dan sesama penderita.

6. *Socialization Group*

Tujuan kelompok sosialisasi adalah untuk mengembangkan sikap dan perilaku anggota kelompok agar dapat lebih diterima secara sosial. Melalui pengembangan keterampilan sosial, meningkatkan kepercayaan diri dan merencanakan masa depan

adalah fokus lainnya. Peran kepemimpinan dalam kelompok sosialisasi sering kali diisi oleh pekerja sosial yang bekerja dengan kelompok-kelompok seperti remaja untuk mengatasi kenakalan remaja dengan masalah beragam untuk mengurangi ketegangan.

7. *Treatment Group*

Kelompok perawatan umumnya terdiri dari anggota yang memiliki masalah emosional, perilaku, dan masalah pribadi yang parah. Pemimpin kelompok harus memiliki keterampilan konseling dan kepemimpinan kelompok yang baik, termasuk kemampuan untuk secara akurat memahami inti dari respon setiap anggota kelompok terhadap apa yang dibahas/dikomunikasikan. Pemimpin kelompok juga harus memiliki kapasitas pribadi untuk mengembangkan dan mempertahankan suasana yang konstruktif dalam kelompok.

Tujuan kelompok perawatan adalah agar para anggota mengeksplorasi masalah mereka secara mendalam dan kemudian mengembangkan strategi untuk menyelesaikannya. Tiga pendekatan pengobatan yaitu terapi realitas, terapi perilaku dan terapi rasional.

8. *Sensitivity Group*

Sensitivity group adalah kelompok yang merujuk pada pengalaman kelompok dimana orang-orang berhubungan interpersonal satu sama lain. Tujuan kelompok ini untuk meningkatkan kesadaran interpersonal. Kelompok biasanya terdiri

dari 10 hingga 20 anggota dan seorang pemimpin yang disebut pelatih atau fasilitator. Para anggota berpartisipasi dalam diskusi dan kegiatan-kegiatan lainnya untuk membantu mereka sadar akan perasaan dan perilaku mereka.

9. *Educational Group*

Tujuan utama dari kelompok pendidikan adalah untuk membantu para anggota mempelajari informasi dan keterampilan baru. Kelompok pendidikan digunakan dalam berbagai setting, termasuk lembaga perawatan, panti jompo, sekolah lembaga permasyarakatan dan rumah sakit. Semua kelompok pendidikan ditunjukkan untuk meningkatkan informasi atau keterampilan anggota. Sebagian besar kelompok secara rutin melibatkan presentasi dari ahli.

Anggota kelompok pendidikan diikat oleh minat yang sama terhadap materi yang akan dipelajari dan karakteristik yang sama. Dalam menyusun kelompok pendidikan pekerja sosial mempertimbangkan pengetahuan masing-masing anggota tentang materi pelajaran dan tingkat keterampilan dan pengalaman sehingga semua anggota dapat memperoleh manfaat maksimal dari proses pembelajaran.

Hendrianto (2022) menjelaskan tipe-tipe kelompok dalam social group work yaitu *task group*, *treatment group*, *remedial groups*, *educational groups*, *socialization group* dan *mutual aid groups*. Menurut

Hendrianto (2022) *Educational groups* adalah kelompok yang dibentuk untuk menyediakan informasi bagi para anggotanya tentang diri mereka sendiri atau tentang orang lain. *Educational groups* ini bertujuan membantu mendidik anggota kelompok untuk mempunyai pengetahuan dan keahlian tertentu. Hal tersebut dilakukan melalui presentasi yang mendidik (edukasi), bermain peran dan diskusi.

Zastrow (2006) menjelaskan tahapan kelompok antara lain adalah sebagai berikut:

1. *Intake*

Tahap ini diawali dengan adanya pengakuan mengenai masalah spesifik yang mungkin dapat dipecahkan melalui pendekatan kelompok. Tahap intake merupakan tahap kontrak antara pekerja sosial dengan klien. Dalam tahapan ini dilakukan perumusan tujuan dan komitmen antara pekerja sosial dengan klien untuk melakukan kegiatan-kegiatan perubahan tingkah laku melalui kelompok.

2. *Pemilihan Anggota*

Dalam tahap ini sebaiknya didasarkan pada pertimbangan bahwa orang yang akan masuk ke dalam anggota kelompok harus memberikan kontribusi kepada kelompok. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, status sosial perlu menjadi pertimbangan dalam tahap pemilihan anggota kelompok.

3. Assesmen dan Perencanaan

Dalam tahapan ini pekerja sosial bersama dengan anggota kelompok mengidentifikasi permasalahan, tujuan-tujuan dan merencanakan tindakan-tindakan pemecahan masalah dalam kelompok.

4. Pengembangan Kelompok

Pada tahap ini akan muncul norma-norma, harapan-harapan, nilai-nilai dan tujuan-tujuan kelompok yang akan mempengaruhi serta dipengaruhi oleh aktivitas-aktivitas serta relasi yang berkembang dalam kelompok.

5. Evaluasi dan Terminasi

Evaluasi adalah pengidentifikasian atau pengukuran terhadap proses dan hasil kegiatan kelompok secara menyeluruh. Sedangkan pemantauan proses dan keberhasilan kelompok dilakukan pada setiap fase yang diistilahkan dengan monitoring. Selanjutnya, berdasarkan hasil evaluasi dilakukanlah terminasi.

Terminasi kelompok dilaksanakan ketika kelompok dan individu mencapai tujuannya. Keputusan mengakhiri sebuah kelompok berlandaskan pada evaluasi. Pemimpin kelompok harus menyadari perasaan-perasaan anggota kelompok saat pemutusan hubungan.

2.2 5 Tinjauan tentang Penyuluhan Sosial

Penyuluhan sosial sebagai proses penguatan kapasitas merupakan usaha yang dilakukan untuk melakukan penguatan kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu (dalam masyarakat), kelembagaan, maupun hubungan atau jejaring antar individu, kelompok organisasi sosial, serta pihak lain di luar system masyarakatnya sampai aras global.

Metode di dalam penyuluhan sosial ada tiga yaitu metode berdasarkan teknik penyampaian, berdasarkan sasaran dan berdasarkan medianya. Metode berdasarkan teknik penyampaian terdiri dari dua yaitu penyuluhan langsung dan penyuluhan tidak langsung. Penyuluhan langsung dilaksanakan dengan bertatap langsung dengan sasarannya sedangkan penyuluhan tidak langsung disampaikan melalui perantara media seperti spanduk, poster dan media internet. Metode berdasarkan sasaran terdiri dari individu, kelompok dan massal. Metode dengan sasaran individu artinya penyuluh berinteraksi langsung dengan sasaran secara perorangan.

Metode dengan sasaran kelompok dilakukan dengan membimbing sasaran secara berkelompok dengan menstimulasi sasaran agar mau bertukar pikiran, pendapat dan berpartisipasi secara aktif dalam penyuluhan. Sementara itu, metode dengan sasaran massal mampu menjangkau sasaran dengan jumlah banyak dan secara singkat. Metode berdasarkan media mencakup media cetak, media elektronik dan alat bantu/peraga.

Penyuluhan sosial dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan dan tindak lanjut. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan menentukan masalah dan kebutuhan sasaran penyuluhan dan menentukan prioritas masalah dan kebutuhannya, kemudian menyusun rencana kerja yang memuat 5W+1G+2M+1L yaitu penyuluhan apa yang dilaksanakan, mengapa penyuluhan dilakukan, tujuan, metode, lokasi, waktu dan siapa yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan.

Tahap pelaksanaan dilaksanakan dengan menyiapkan media, sarana prasarana dan melaksanakan penyuluhan sesuai dengan rencana kerja. Tahap tindak lanjut merupakan aksi nyata dan konkret dalam upaya pemecahan masalah dari pemenuhan kebutuhan. Penyuluhan sosial memiliki prinsip dasar yaitu prinsip partisipasi, prinsip untuk semua, prinsip perbedaan individual, prinsip pribadi seutuhnya, prinsip interdisiplin, dan prinsip berpusat pada sasaran.

2.2 6 Tinjauan tentang Pelatihan

Handoko (2013) dalam Juwita (2019) menjelaskan bahwa suatu organisasi atau perusahaan harus selalu memperhatikan produktivitas, pendidikan dan pelatihan karena melalui pelatihan tersedia kegiatan untuk meningkatkan kinerja para pegawainya. Jackson et.al (2018) menjelaskan pelatihan bertujuan untuk meningkatkan kinerja dalam waktu dekat serta dalam pekerjaan tertentu melalui peningkatan kompetensi karyawan.

Noe (2020) menjelaskan pelatihan adalah upaya dari perusahaan untuk memfasilitasi pembelajaran kompetensi, pengetahuan, keterampilan

dan perilaku yang berhubungan dengan pekerjaan karyawan yang memiliki tujuan agar karyawan menguasai pengetahuan, keterampilan dan perilaku yang ditekankan dalam kegiatan pelatihan dan menerapkannya dalam aktivitas sehari-hari.

Menurut Mondy & Joseph J (2016) menjelaskan beberapa metode pelatihan meliputi, metode kelas yaitu instruktur menyampaikan informasi secara langsung, *E-learning* merupakan metode pelatihan secara daring dengan menggunakan bantuan teknologi, Studi kasus merupakan metode yang mengharuskan peserta belajar menyelesaikan sebuah kasus dan belajar dari kasus tersebut, Pemodelan perilaku merupakan metode dengan cara menirukan perilaku orang lain, *Role play* yaitu metode yang meminta peserta memberikan tanggapan/pendapat terhadap suatu permasalahan yang mungkin dihadapi dalam pekerjaan di dunia nyata, *Training games* merupakan metode menggunakan permainan untuk mendorong keterlibatan peserta sehingga menambah pengetahuan peserta.

2.2.7 Tinjauan tentang Kelompok Diskusi Terarah (*Focus Group Discussion*)

Kelompok diskusi terarah adalah diskusi sistematis dan terarah membahas suatu masalah atau isu. Irwanto (2006) menjelaskan bahwa FGD adalah proses pengumpulan data dan informasi yang sistematis mengenai suatu masalah yang spesifik melalui diskusi kelompok.

Tujuan dari FGD adalah mengumpulkan informasi tentang opini, keyakinan, sikap, persepsi dan bukan untuk memperoleh konsensus atau

keputusan. Irwanto (2006) menyebutkan tiga kata kunci sebagai prinsip-prinsip FGD yang saling berkaitan, yaitu:

1. *Focus Group Discussion* merupakan diskusi bukan wawancara atau obrolan;
2. *Focus Group Discussion* merupakan grup atau kelompok bukan individu;
3. *Focus Group Discussion* merupakan kegiatan terfokus, bukan bebas.

Focus Group Discussion memiliki kekuatan untuk memperoleh informasi mengenai berbagai norma dan pendapat dalam waktu relatif singkat melalui dinamika kelompok yang mendorong seorang peserta untuk berbicara dan mendorong peserta lainnya untuk menanggapi pembicaraan tersebut.

Interaksi diantara peserta merupakan ciri dari metode *Focus Group Discussion*. Melalui teknik *Focus Group Discussion* dapat diketahui tentang opini, persepsi, kepercayaan dan sikap terhadap suatu produk, pelayanan, konsep atau ide serta memungkinkan dilakukannya suatu kajian kebutuhan atau evaluasi program yang tidak dapat dicapai dengan teknik pengumpulan data lainnya.

Focus Group Discussion dilakukan melalui beberapa tahap yaitu persiapan, penyusunan materi dan pelaksanaan. Persiapan rancangan *Focus Group Discussion* meliputi pembentukan tim, pembagian peran, penentuan lokasi, dan pengaturan tempat (lay-out setting), penyiapan logistik serta penentuan peserta.