

BAB II

KAJIAN KONSEPTUAL

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah kajian penelitian yang pernah dilakuakn oleh peneliti yang dapat diambil dari berbagai sumber ilmiah, baik Tesis, Disertasi atau jurnal Penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan bahan perbandingan dan acuan. Selain itu, untuk menghindari anggapan kesamaan dengan penelitian ini. Maka dalam kajian pustaka ini peneliti mencantumkan hasil-hasil penelitian terdahulu dalam tabel dibawah ini:

2.1.1 Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia yang Tinggal di Komunitas

Penelitian yang dilakukan oleh Lisa Andriani dan Sugiharo (2022) dalam Jurnal Keperawatan BSI, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Hasil penelitian menggambarkan hasil analisa diperoleh data 83 responden (55 persen) merasa bahagia dan 68 responden (45 persen) merasa tidak bahagia. Lansia yang tinggal di komunitas merasa lebih bahagia. Hal tersebut kemungkinan terjadi karena lansia tinggal bersama dengan keluarga besar dan aktivitas sosial yang masih dapat dilakukan oleh para lansia.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah variabel yang digunakan yaitu tingkat kebahagiaan pada lanjut usia dan metode penelitian yaitu deskriptif. Sasaran/subjek penelitian pada penelitian ini adalah lanjut usia. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada pendekatan penelitian dimana penelitian ini

menggunakan pendekatan kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Perbedaan lain terdapat pada lokasi penelitian, dimana penelitian ini berlokasi di Kabupaten Pekalongan sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang.

2.1.2 Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan (*Happiness*) Pada Lansia Di Kota Malang (Studi Integratif Berdasarkan Perspektif *Hedonia* dan *Eudaimonia*)

Penelitian yang dilakukan oleh Sofa Amalia (2015) ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan proses analisa menggunakan model struktural atau *structural equation modeling (SEM)*. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan (*happiness*). Hasil penelitian menggambarkan tentang adanya pengaruh kuat dari dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan (*happiness*) pada lansia di Kota Malang.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah variabel yang digunakan yaitu tingkat kebahagiaan pada lanjut usia dan sasaran/subjek penelitian pada penelitian ini adalah lanjut usia. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada pendekatan penelitian dimana penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Perbedaan lain terdapat pada aspek yang diteliti. Penelitian ini meneliti mengenai pengaruh dukungan sosial keluarga yang mencakup *emotional support*, *instrumental support*, *informational support*, dan *appraisal support*. Lokasi

dari penelitian ini juga berbeda dengan lokasi yang dipilih oleh peneliti, dimana penelitian ini berlokasi di Kota Malang sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang. Variable dalam penelitian ini menggunakan dua variable yaitu variable x adalah dukungan sosial keluarga dan variable y adalah kebahagiaan terhadap lansia, sedangkan peneliti hanya menggunakan satu variable yaitu peningkatan kebahagiaan lansia.

2.1.3 Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Program Keluarga Harapan (PKH) di Desa O'o Kecamatan Dompus, Kabupaten Dompus, NTB.

Penelitian yang dilakukan oleh Solehatunnisa (2021) ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya peningkatan kesehatan dan harapan lansia melalui Program Keluarga Harapan di Desa O'o Kecamatan Dompus, Kabupaten Dompus, NTB. Hasil penelitian menggambarkan tentang adanya peningkatan derajat kesehatan lansia melalui Program Keluarga Harapan di Desa O'o Kecamatan Dompus, Kabupaten Dompus, NTB.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif dan sasaran/subjek penelitian pada penelitian ini adalah lanjut usia. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada aspek yang diteliti. Penelitian ini meneliti mengenai peningkatan derajat kesehatan lansia melalui Program Keluarga Harapan sedangkan peneliti melakukan penelitian mengenai peningkatan kebahagiaan lansia melalui program Sekolah Lansia Tangguh. Lokasi dari penelitian ini juga berbeda

dengan lokasi yang dipilih oleh peneliti, dimana penelitian ini berlokasi di Kabupaten Dompu, NTB sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang.

2.1.4 Efektivitas Program Sekolah Lansia “Sibulan” di Kecamatan Sukajadi, Kota Bandung.

Penelitian yang dilakukan oleh Umi Putri Kusuma Wardani (2020) menggunakan pendekatan *mix methods* dengan jenis penelitian eksplanatori berurutan dimana peneliti menggabungkan antara penelitian kualitatif dan penelitian kuantitatif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari empat dimensi program ini tidak efektif. Dari dimensi satu ketepatan sasaran program dan dimensi ketiga Tujuan program keduanya tidak efektif. Dua dimensi lain yaitu Sosialisasi program dan Pemantauan program berjalan efektif. Rekomendasi yang peneliti berikan antara lain adalah membatasi para peserta yang akan mengikuti kegiatan ini.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah program sekolah lansia, sedangkan perbedaannya adalah teori dan dari segi metode penelitian yang digunakan, serta subyek penelitian dan lokasi penelitiannya.

Gambaran mengenai perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan peneliti laksanakan terkait dengan Peningkatan Kebahagiaan Lanjut Usia Melalui Program Sekolah Lansia Tangguh (Selantang) di Desa Tunggorono, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang, dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 2. 1 Perbandingan Penelitian Terdahulu dengan Penelitian yang Dilakukan

No.	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul dan Metode	Hasil dari Penelitian Terdahulu	Perbedaan dengan Penelitian yang Dilakukan
1.	Lisa Andriani dan Sugiharto (2022)	Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia yang Tinggal di Komunitas	Hasil penelitian menggambarkan lansia berusia 60-74 tahun di Desa Bugangan merasa bahagia karena sebagian besar lansia masih memiliki kondisi fisik yang baik sehingga masih mampu melakukan aktifitas sehari-hari dan dapat berinteraksi dengan masyarakat sekitar.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Lokasi penelitian ini berada di Kabupaten Pekalongan sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang.
2.	Sofa Amalia (2015)	Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan (<i>Happiness</i>) Pada Lansia Di Kota Malang (Studi Integratif Berdasarkan Perspektif <i>Hedonia</i> dan <i>Eudaimonia</i>)	Hasil penelitian menggambarkan tentang adanya pengaruh kuat dari dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan (<i>happiness</i>) pada lansia di Kota Malang.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini meneliti mengenai pengaruh sedangkan peneliti meneliti mengenai peningkatan. Lokasi penelitian ini berada di Kota Malang sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang. Variable dalam penelitian ini menggunakan dua

No.	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul dan Metode	Hasil dari Penelitian Terdahulu	Perbedaan dengan Penelitian yang Dilakukan
				variable yaitu variable x adalah dukungan sosial keluarga dan variable y adalah kebahagiaan terhadap lansia, sedangkan peneliti hanya menggunakan satu variable yaitu peningkatan kebahagiaan lansia.
3.	Solehatunnisa (2021)	Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Program Keluarga Harapan (PKH) di Desa O'o Kecamatan Dompu, Kabupaten Dompu, NTB	Hasil penelitian menggambarkan tentang adanya peningkatan derajat kesehatan lansia melalui Program Keluarga Harapan di Desa O'o Kecamatan Dompu, Kabupaten Dompu, NTB.	Aspek yang diteliti dalam penelitian ini mengenai peningkatan derajat kesehatan lansia melalui Program Keluarga Harapan sedangkan peneliti melakukan penelitian mengenai peningkatan kebahagiaan lansia melalui program Sekolah Lansia Tangguh. Lokasi penelitian ini berada di Kabupaten Dompu, NTB sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang.
4.	Umi Putri Kusuma Wardani (2020)	Efektivitas Program Sekolah Lansia "Sibulan" di	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari empat dimensi program ini tidak efektif.	Penelitian ini menggunakan pendekatan mix method yaitu gabungan antara

No.	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul dan Metode	Hasil dari Penelitian Terdahulu	Perbedaan dengan Penelitian yang Dilakukan
		Kecamatan Sukajadi, Kota Bandung	Dari dimensi satu Ketepatan sasaran program dan dimensi ketiga Tujuan program keduanya tidak efektif. Dua dimensi lain yaitu Sosialisasi dan Pemantauan program berjalan efektif.	kuantitatif dan kualitatif sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Aspek yang diteliti dalam penelitian ini mengenai efektivitas Progran Sekolah Lansia (Sibulan) sedangkan peneliti melakukan penelitian mengenai peningkatan kebahagiaan lansia melalui program Sekolah Lansia Tangguh. Lokasi penelitan ini berada di Kota Bnadung sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kabupaten Jombang.

2.2 Tinjauan Pustaka

2.2.1 Tinjauan Mengenai Peningkatan Kebahagiaan

1. Definisi Peningkatan

Peningkatan, seperti yang dijelaskan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002: 1198), merujuk pada tindakan menaikkan, mempertinggi, atau memperhebat sesuatu. Konsep peningkatan adalah suatu proses untuk mengubah ke arah yang lebih baik. Istilah ini berasal dari kata "tingkat" yang mengindikasikan lapisan-lapisan dari suatu susunan yang teratur, membentuk struktur ideal, sedangkan peningkatan mencerminkan perkembangan dari ketidaktahuan menjadi pengetahuan, dari ketidakmampuan menjadi kemampuan. Menurut Hamzah B Uno (2008: 13), peningkatan adalah suatu proses, metode, atau tindakan untuk meningkatkan sesuatu atau usaha yang bertujuan memajukan suatu hal ke arah yang lebih baik daripada sebelumnya.

Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa peningkatan merupakan usaha yang dilakukan oleh pembelajar untuk membantu meningkatkan proses pembelajaran agar lebih mudah dipahami. Peningkatan pembelajaran terjadi ketika ada perubahan dalam proses, hasil, dan kualitas pembelajaran secara positif.

2. Definisi Kebahagiaan

Kamus umum mendefinisikan kebahagiaan sebagai kondisi sejahtera dan kepuasan batin, yakni rasa puas yang menyenangkan yang muncul ketika kebutuhan dan harapan tertentu seseorang terpenuhi (Hurlock,

1980). Kebahagiaan hidup adalah perasaan positif yang dirasakan oleh individu, ditandai dengan jumlah afeksi positif yang lebih besar dibandingkan dengan afeksi negatif dalam kehidupannya (Seligman, 2005).

Myers (2007) mengungkapkan bahwa kebahagiaan merupakan pengalaman kehidupan yang dicirikan oleh perasaan positif seperti kegembiraan dan pemikiran yang mengarah pada kepuasan hidup.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah kondisi emosional seseorang sebagai respons terhadap berbagai pengalaman hidupnya. Seseorang yang bahagia dicirikan oleh dominasi perasaan positifnya dibandingkan perasaan negatifnya. Sebaliknya, individu yang tidak bahagia ditandai oleh dominasi perasaan negatifnya dibandingkan perasaan positifnya.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kebahagiaan

Berikut faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, faktor-faktor tersebut adalah:

a. Uang

Ketika seseorang kekurangan uang, maka uang menjadi hal yang penting baginya. Cara seseorang menilai uang akan memiliki dampak yang besar terhadap tingkat kebahagiaannya, melebihi nilai uang itu sendiri. Individu yang mengutamakan uang di atas hal-hal lain cenderung merasa kurang puas dengan pendapatan dan kehidupan mereka secara menyeluruh (Seligman, 2005).

b. Perkawinan

Menurut survei Pusat Riset Opini Nasional Amerika Serikat yang melibatkan 35.000 warga Amerika selama 30 tahun terakhir, 40 persen dari individu yang menikah menyatakan bahwa mereka merasa sangat bahagia. Di sisi lain, hanya 24 persen dari individu yang tidak menikah, bercerai, berpisah, atau kehilangan pasangan mereka yang menyatakan bahwa mereka merasa bahagia (Seligman, 2005).

c. Kehidupan Sosial

Individu yang merasa bahagia cenderung menghabiskan waktu mereka lebih sedikit sendirian dan lebih banyak bersosialisasi. Baik menurut penilaian diri mereka sendiri maupun penilaian orang lain, mereka cenderung mendapatkan penilaian tertinggi dalam hal berinteraksi (Seligman, 2005).

d. Usia

Beberapa individu meyakini bahwa semangat anak muda atau kebijaksanaan orang tua berperan penting dalam pencapaian kebahagiaan. Namun, penelitian tentang faktor usia menimbulkan keraguan terhadap keyakinan tersebut. Mayoritas studi tidak menemukan korelasi yang signifikan antara usia dan tingkat kebahagiaan, sementara beberapa laporan menunjukkan bahwa kaum muda lebih bahagia daripada kaum tua (Myers dalam Khavari, 2006).

e. Kesehatan

Seligman (2005) menyatakan bahwa kesehatan sering dianggap sebagai aspek paling penting dalam kehidupan manusia. Namun, kesehatan objektif yang baik tidak selalu terkait erat dengan tingkat kebahagiaan, yang lebih penting adalah bagaimana kita mempersepsikan kesehatan kita secara subjektif. Karena kita memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap penderitaan, kita mampu menilai kesehatan kita secara positif bahkan ketika sedang mengalami sakit.

f. Jenis Kelamin

Rata-rata tingkat emosi antara laki-laki dan perempuan tidak terlalu berbeda, namun perempuan cenderung merasakan tingkat kebahagiaan dan kesedihan yang lebih tinggi daripada laki-laki (Seligman, 2005).

g. Agama

Myers (dalam Khavari, 2006) menyatakan bahwa individu yang beragama merasakan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi karena ajaran agama memberikan tujuan hidup, mengajarkan penerimaan dan penanganan masalah dengan ketenangan, dan membentuk persatuan dalam komunitas yang saling mendukung.

h. Penerimaan Diri

Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa penerimaan diri juga memainkan peran penting dalam mencapai kebahagiaan, yang pada

gilirannya berkontribusi pada pembentukan individu yang berpenyesuaian baik.

4. Konsep Kebahagiaan

Delle Fave, Massimini, & Bassi (2011) mengungkapkan bahwa di kalangan ahli, terdapat variasi dan kontroversi dalam mengartikan konsep kebahagiaan. Secara ilmiah, ada dua konsep terpisah dalam pandangan tentang kebahagiaan, yaitu *hedonia* dan *eudaimonia*.

Hupert & So (2009) mengadopsi istilah "*flourishing*" (berkembang) untuk menggambarkan penggabungan kedua konsep, yaitu *hedonia* dan *eudaimonia*. Beberapa penelitian metodologis menunjukkan bahwa keduanya memiliki peran dalam mencapai kebahagiaan atau kesejahteraan.

Penelitian tentang kebahagiaan ini terdapat dua perspektif utama yaitu *hedonia* dan *eudaimonia*. Perspektif *hedonia* mengacu pada teori *Subjective Well-Being* (SWB) yang dikembangkan oleh Diener (2000). Teori ini menekankan bahwa kebahagiaan terdiri dari kepuasan hidup dan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif. Sementara itu, perspektif *eudaimonia* didasarkan pada prinsip teori oleh Ryff (1995) yang dikenal dengan *Psychological Well-Being* (PWB). Teori ini menyoroti bahwa kebahagiaan tercermin dari kemampuan seseorang dalam mewujudkan fungsi psikologis positif yang dimilikinya.

Gambaran konsep tentang kebahagiaan tersebut dapat diketahui bahwa secara ilmiah, ada dua konsep utama yang melatarbelakangi pandangan tentang kebahagiaan, yaitu *hedonia* dan *eudaimonia*. Perspektif *hedonia*

merujuk pada teori *Subjective Well-Being* (SWB) yang menekankan pentingnya kepuasan hidup dan keseimbangan antara afek positif dan negatif. Sementara itu, perspektif *eudaimonia* berdasarkan teori *Psychological Well-Being* (PWB) yang menyoroti bahwa kebahagiaan tercermin dari kemampuan seseorang dalam mewujudkan fungsi psikologis positif.

5. Teori *Psychological Well-Being* (PWB)

Ryff dan Singer (1996) mendefinisikan kesejahteraan sebagai sebuah konsep yang mencakup beragam pengalaman dan fungsi-fungsi individu sebagai manusia yang utuh. *Psychological Well-Being* tidak hanya mencakup kesehatan mental yang negatif, melainkan juga mengacu pada kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dan kapasitas mereka secara optimal, sebagaimana individu yang berfungsi dengan baik secara fisik, emosional, dan psikologis (Ryff, 1995).

Ryff dan Deci mengidentifikasi dua pendekatan utama untuk memahami kesejahteraan. Pertama, terfokus pada kebahagiaan dengan membatasi "batas pencapaian kebahagiaan dan pencegahan dari penderitaan." Kedua, fokus pada menjadi individu yang fungsional secara menyeluruh, termasuk aspek berpikir yang baik dan kesehatan fisik. Kebahagiaan bukanlah satu-satunya indikator dari fungsi psikologis positif menurut penelitian sebelumnya.

Menurut Ryff, kesejahteraan psikologis adalah kondisi di mana individu mengembangkan potensi mereka secara optimal, ditandai dengan kemampuan untuk menghargai diri sendiri dengan positif (*self acceptance*), menjaga hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), mengelola lingkungan mereka untuk memenuhi kebutuhan dan hasrat (*environmental mastery*), memperoleh kebebasan pribadi (*autonomy*), tumbuh secara pribadi (*personal growth*), dan memiliki tujuan hidup yang bermakna (*purpose in life*). Kesejahteraan psikologis ini dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kepribadian, emosi, kesehatan fisik, hubungan sosial, status sosial, pencapaian tujuan, dan lain-lain (Ryan & Deci, 2001).

Menurut Ryff (1989), *Psychological Well-Being* (PWB) adalah kondisi di mana individu mampu menerima diri mereka apa adanya, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengendalikan lingkungan eksternal, menemukan arti hidup, dan terus mewujudkan potensi diri mereka secara berkelanjutan.

Psychological Well-Being merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Konsep *Psychological Well-Being* (PWB) yang dikemukakan oleh Ryff (1989) dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis melibatkan beberapa aspek utama dalam kehidupan individu. Ini mencakup kemampuan individu untuk menerima diri mereka apa adanya, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengendalikan lingkungan eksternal, menemukan

arti hidup, dan terus mengembangkan potensi diri mereka secara berkelanjutan.

6. Aspek-aspek Teori *Psychological Well-Being* (PWB)

Beberapa aspek-aspek Teori *Psychological Well-Being* (PWB) yang dikemukakan oleh Ryff (1989) adalah:

a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Individu yang memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri adalah mereka yang memahami dan menerima segala aspek dari diri mereka, termasuk sisi positif dan negatif. Mereka dapat mengaktualisasikan potensi diri, berfungsi secara optimal, dan menghadapi kehidupan dengan sikap positif.

Dengan demikian, penerimaan diri seseorang dapat dilihat dari cara individu tersebut memiliki pandangan positif terhadap keadaan dirinya dan mampu menerima segala situasi masa lalu dengan bijak, tanpa menyalahkan diri sendiri atau mencari kambing hitam untuk permasalahan yang dihadapinya (Ryff, 1995).

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

Individu yang memiliki tingkat kemampuan yang tinggi dalam aspek ini biasanya mampu menjalin ikatan yang hangat dan penuh kepercayaan dengan orang lain. Mereka juga menunjukkan kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, mampu mengekspresikan empati dan afeksi, serta memahami prinsip saling memberi dan menerima dalam interaksi interpersonal. Di sisi lain, individu yang kurang dalam dimensi

hubungan positif cenderung merasa terisolasi dan frustrasi dalam membangun hubungan dengan orang lain (Ryff, 1995).

c. Memperoleh Kebebasan Pribadi (*Autonomy*)

Otonomi mengacu pada kemampuan individu untuk memiliki kebebasan tetapi tetap dapat mengatur hidup dan perilaku mereka. Mereka mampu mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu membuat keputusan tanpa campur tangan orang lain. Sebaliknya, individu dengan tingkat otonomi yang rendah cenderung bergantung pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, dan mudah dipengaruhi oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dalam cara tertentu (Ryff, 1995).

d. Penguasaan Terhadap Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Penguasaan lingkungan merujuk pada kemampuan individu untuk mengelola lingkungan mereka, menggunakan peluang yang tersedia, menciptakan, dan mengendalikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan mereka. Individu yang memiliki tingkat penguasaan lingkungan yang tinggi mampu mengontrol aktivitas eksternal di sekitar mereka, mengatur situasi sehari-hari, memanfaatkan peluang yang ada, dan memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Sebaliknya, individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan mengalami kesulitan dalam mengelola situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk meningkatkan atau mengubah kualitas

lingkungan sekitar mereka, dan tidak dapat memanfaatkan peluang yang ada di lingkungan mereka (Ryff, 1995).

e. Tujuan Hidup (*Purpose of Life*)

Tujuan hidup merujuk pada pemahaman yang jelas individu mengenai arah dan tujuan hidupnya, keyakinan bahwa mereka mampu mencapai tujuan tersebut, dan persepsi bahwa pengalaman hidup mereka, baik masa lalu maupun sekarang, memiliki makna. Individu yang memiliki aspek ini biasanya memiliki arah dan tujuan yang jelas dalam hidup mereka, merasakan makna dalam pengalaman hidup mereka saat ini dan yang telah mereka lalui, serta memiliki keyakinan yang memberi arti pada tujuan hidup mereka.

Di sisi lain, individu yang rendah dalam dimensi tujuan hidup cenderung kehilangan makna hidup, tidak memiliki arah atau tujuan yang jelas, tidak melihat makna dari pengalaman masa lalu mereka, dan kurang memiliki harapan atau keyakinan yang memberikan arti pada kehidupan mereka (Ryff, 1995).

f. Pertumbuhan pribadi (*Personal Growth*)

Individu yang tinggi dalam aspek pertumbuhan pribadi ditandai dengan adanya perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan

tingkah lakunya setiap waktu serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki pengetahuan yang bertambah.

Sebaliknya, individu yang memiliki pertumbuhan pribadi rendah akan merasakan dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik (RytI. 1995)

2.2.2 Tinjauan mengenai Lanjut Usia

1. Definisi Lanjut Usia

Usia lanjut ini merupakan akhir dari siklus kehidupan serta setiap individu pasti akan mengalaminya dan merupakan kenyataan yang tak dapat dihindari. PBB dalam kependudukan menggunakan usia 60 tahun sebagai batas kelompok usia lanjut (Susanto Wibisono, 1991: 21). Usia 60 tahun dianggap usia yang lanjut.

Sejalan dengan pendapat itu, berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud dengan lanjut usia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menurut Surini dan Utomo, lanjut usia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari proses kehidupan yang akan dijalani semua individu, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan (dalam Lilik Ma'rifatul Azizah, 2011:1). Selanjutnya, usia lanjut adalah suatu proses alami yang ditandai

dengan penurunan fisik (Siti Partini Suardiman, 2011: 36)(Kusumawardhanie, 2020).

Beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa orang dikatakan lanjut usia adalah suatu proses alami yang dialami seseorang, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh atau penurunan fisik, mental dan sosial yang berumur 60 tahun keatas serta batasan lanjut usia adalah mempunyai usia 60 tahun keatas.

2. Karakteristik Lanjut usia

Karakteristik lanjut usia yang digagas oleh Hurlock (2003, hal. 380) dalam bukunya yang berjudul "*Developmental Psychology: A Lifespan Approach*" adalah sebagai berikut:

a. Usia Lanjut Merupakan Periode Kemunduran

Penurunan pada usia lanjut sering kali disebabkan oleh faktor fisik dan psikologis, yang juga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu lanjut usia. Motivasi memainkan peran krusial dalam proses penurunan pada usia lanjut. Proses penurunan tersebut akan terjadi lebih cepat jika motivasi rendah, sementara jika motivasi tinggi, penurunan tersebut dapat diperlambat.

b. Adanya Perbedaan Individual Pada Efek Menua

Respon individu terhadap tahap usia tua bervariasi, sebagian melihat masa pensiun sebagai waktu yang menyenangkan karena beban kerja berkurang, memungkinkan mereka menikmati kehidupan yang lebih santai. Ada pula yang menganggap pensiun sebagai periode

kurang menggemirakan, semula memiliki banyak teman tetapi setelah pensiun, merasa kesepian dan merasa kehidupannya kehilangan makna.

c. Lanjut Usia Dinilai dengan Kriteria yang Berbeda

Orang lanjut usia sering dinilai berdasarkan penampilan dan aktivitas fisiknya. Sebagai contoh, ketika seseorang mulai memiliki rambut putih dan mendekati pensiun dari pekerjaan sehari-hari.

d. Sikap Sosial

Pendekatan sosial yang tidak menguntungkan terhadap lanjut usia dapat memengaruhi cara kita memperlakukan mereka. Di Amerika, pandangan sosial sering kali mengasosiasikan lanjut usia dengan ketidakbergunaan bagi masyarakat dan lebih sebagai beban daripada sumber kebahagiaan.

e. Status Kelompok Minoritas

Lanjut usia memiliki status yang sering kali dianggap sebagai bagian dari minoritas, yang berarti mereka dalam beberapa aspek dikecualikan dari interaksi dengan kelompok lain dan memiliki sedikit atau bahkan tidak memiliki kekuasaan sama sekali.

f. Membutuhkan Perubahan Peran

Perubahan peran ini terjadi karena lanjut usia mengalami penurunan dalam banyak hal. Mereka diharapkan untuk mengurangi keterlibatan aktif dalam urusan masyarakat dan sosial. Akibatnya, aktivitas yang dapat mereka lakukan menjadi berkurang, sehingga

memerlukan penyesuaian dalam beberapa peran yang masih mereka lakukan.

g. Penyesuaian yang Buruk

Perlakuan yang tidak baik terhadap lanjut usia menyebabkan mereka cenderung mengembangkan pandangan negatif tentang diri mereka sendiri. Mereka lebih mungkin menunjukkan perilaku yang tidak baik karena perlakuan tersebut mempengaruhi kemampuan mereka untuk beradaptasi secara negatif.

h. Keinginan untuk Peremajaan Diri

Niat lanjut usia untuk merasa muda kembali tercermin dalam tindakan mereka, seperti menggunakan kosmetik, mengonsumsi obat-obatan, dan vitamin dengan harapan mempertahankan atau mengembalikan kecantikan dan keberlangsungan masa muda.

Dari penjelasan Hurlock (2003:380) dalam bukunya yang berjudul "*Developmental Psychology: A Lifespan Approach*", dapat ditarik kesimpulan bahwa lanjut usia memiliki sifat khas yang perlu dikenali dan dipahami untuk menangani berbagai permasalahan yang muncul. Pemahaman akan permasalahan ini seharusnya tidak hanya dimiliki oleh lanjut usia sendiri, tetapi juga oleh orang-orang di sekitarnya.

3. Permasalahan yang Dialami Lanjut Usia

Hurlock (2003, hal. 387) menyebutkan bahwa lanjut usia menghadapi beberapa masalah umum yang khas, termasuk:

- 1) Kondisi fisik yang lemah dan ketergantungan pada bantuan orang lain.
- 2) Ancaman serius terhadap stabilitas ekonomi, mendorong perubahan besar dalam gaya hidup.
- 3) Menyesuaikan kondisi hidup dengan perubahan status ekonomi dan kesehatan fisik.
- 4) Mencari teman baru setelah kehilangan pasangan atau terpisah dari mereka karena alasan tertentu.
- 5) Menemukan kegiatan baru untuk mengisi waktu luang yang semakin bertambah.
- 6) Belajar bagaimana memperlakukan anak-anak yang telah dewasa sebagai orang dewasa.
- 7) Terlibat dalam kegiatan masyarakat yang diselenggarakan khusus untuk orang dewasa.
- 8) Rentan menjadi sasaran bagi penipu, penjual obat, dan pelaku kejahatan karena mereka mungkin tidak mampu lagi untuk melindungi diri sendiri.

Pandangan Hurlock diatas, dapat disimpulkan bahwa lanjut usia menghadapi berbagai permasalahan, terutama terkait dengan penyesuaian diri terhadap perubahan. Agar mencapai kualitas hidup yang baik, lanjut

usia perlu melakukan penyesuaian dan mengatasi permasalahan yang muncul untuk mencapai kesejahteraan dan kualitas hidup yang optimal.

2.2.3 Tinjauan Mengenai Pekerja Sosial dengan Lanjut Usia

1. Pengertian Pekerja Sosial

Social work is the professional activity of helping individual, groups, or communities to enhance or restore their capacity for social functioning and to create societal conditions favorable to their goals. NASW, Zastrow, 2019 (2014, hal. 42). Yang artinya: Pekerjaan sosial merupakan praktek profesional yang bertujuan membantu individu, kelompok, atau komunitas dalam meningkatkan atau memulihkan kemampuan mereka untuk berfungsi secara sosial, sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

Profesi pekerjaan sosial mempromosikan perubahan sosial, pemecahan masalah dalam hubungan antar manusia, serta pemberdayaan dan pembebasan individu untuk meningkatkan kesejahteraan. Dengan menggunakan teori perilaku manusia dan sistem sosial, pekerjaan sosial melakukan intervensi pada titik-titik di mana individu berinteraksi dengan lingkungannya. Prinsip-prinsip hak asasi manusia dan keadilan sosial menjadi landasan utama dalam pekerjaan sosial (IFSW 2000 dan Kode Etik IASW 2006).

Secara keseluruhan, pekerjaan sosial adalah praktek profesional yang bertujuan membantu individu, kelompok, atau komunitas dalam meningkatkan atau memulihkan kemampuan sosial mereka sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Profesi pekerjaan sosial juga mendorong perubahan sosial, menawarkan solusi dalam hubungan antar manusia, serta memberdayakan individu untuk mencapai kesejahteraan yang lebih baik. Dengan menggunakan teori perilaku manusia dan sistem sosial, pekerjaan sosial melakukan intervensi pada titik-titik di mana individu berinteraksi

dengan lingkungannya. Prinsip-prinsip hak asasi manusia dan keadilan sosial menjadi fondasi utama dalam praktik pekerjaan sosial.

2. Praktik Pekerjaan Sosial dengan Lanjut Usia

Tanggung jawab pekerja sosial terhadap orang lanjut usia sangat beragam, melibatkan kerja sama dengan keluarga dan pengasuh. Pekerjaan sosial dengan lanjut usia memiliki fokus adalah pada pemeliharaan atau peningkatan fungsi dan kualitas hidup klien. Pekerjaan sosial menitikberatkan pada potensi individu dan upaya maksimal untuk memanfaatkan peluang serta meningkatkan kualitas hidup, dengan mempertimbangkan konteks sistem sosial mereka, kebutuhan, dan hak-hak mereka. (*The Irish Association of Social Workers (IASW) Special Interest Group on Ageing (SIGA)*)

Secara umum, tanggung jawab pekerja sosial terhadap lanjut usia sangat beragam dan melibatkan kerja sama dengan keluarga dan pengasuh. Fokusnya adalah pada pemeliharaan atau peningkatan fungsi dan kualitas hidup lansia, dengan menekankan potensi individu dan memaksimalkan peluang yang ada. Pekerjaan sosial mempertimbangkan konteks sistem sosial, kebutuhan, dan hak-hak lanjut usia untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

2.2.4 Tinjauan Mengenai *Social Group Work*

1. Pengertian *Social Group Work*

Menurut Konopka dalam Subardhini (2017), *social group work* adalah suatu metode pekerjaan sosial yang dilakukan secara kelompok, di mana

seorang pekerja sosial membantu individu dalam kelompok tersebut untuk berkembang secara emosional dan sosial. Tujuannya adalah untuk meningkatkan fungsi sosial melalui pengalaman kelompok, memfasilitasi proses pembelajaran sosial, serta mengembangkan keterampilan interpersonal dan kepemimpinan. Kelompok digunakan sebagai alat untuk mencapai tujuan sosial, pendidikan, atau terapeutik yang diinginkan, dengan memberikan dukungan dan kesempatan bagi anggotanya untuk berinteraksi, berkomunikasi, dan bekerja sama.

Secara umum, *social group work* adalah metode pekerjaan sosial yang melibatkan penggunaan kelompok untuk membantu individu berkembang secara emosional dan sosial. Melalui interaksi dan kerja sama dalam kelompok, anggota dapat meningkatkan fungsi sosial, belajar keterampilan interpersonal, dan mencapai tujuan sosial, pendidikan, atau terapeutik dengan dukungan dan bimbingan seorang pekerja sosial.

2. Jenis-jenis Pendekatan dalam *Social Group Work*

Menurut Konopka, jenis-jenis *social group work* dapat dibedakan berdasarkan tujuan dan pendekatannya. Berikut adalah beberapa jenis utama *social group work*:

a. Terapeutik (*Therapeutic Group*):

- Fokus pada penyembuhan emosional dan psikologis.
- Membantu anggota mengatasi masalah pribadi dan emosional.
- Contoh: Kelompok dukungan untuk penyintas trauma.

b. Pendidikan (*Educational Group*):

- Fokus pada pembelajaran dan pengembangan keterampilan.
- Membantu anggota memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru.
- Contoh: Kelompok pelatihan keterampilan kerja.

c. Pengembangan Sosial (*Social Development Group*):

- Fokus pada peningkatan fungsi sosial dan keterampilan interpersonal.
- Membantu anggota mengembangkan hubungan sosial dan keterampilan komunikasi.
- Contoh: Kelompok sosialisasi untuk remaja.

d. Rehabilitasi (*Rehabilitative Group*):

- Fokus pada pemulihan dari kondisi tertentu, seperti penyalahgunaan zat atau penjara.
- Membantu anggota kembali ke masyarakat dengan keterampilan dan sikap yang diperbarui.
- Contoh: Kelompok pemulihan bagi mantan narapidana.

e. Dukungan (*Support Group*):

- Fokus pada memberikan dukungan emosional dan sosial.
- Membantu anggota merasa didukung dan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan.
- Contoh: Kelompok dukungan untuk orang tua yang berduka.

f. Kegiatan (*Activity Group*):

- Fokus pada kegiatan bersama yang meningkatkan keterampilan dan hubungan sosial.
- Membantu anggota terlibat dalam aktivitas yang bermanfaat dan menyenangkan.
- Contoh: Kelompok seni atau olahraga untuk anak-anak.

Jenis-jenis ini menunjukkan berbagai pendekatan dalam *social group work* yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan kelompok yang berbeda.

Secara umum, masing-masing pendekatan dalam *social group work* memiliki fokus dan tujuan yang spesifik, seperti penyembuhan emosional, pembelajaran keterampilan, peningkatan fungsi sosial, pemulihan, dukungan emosional, dan partisipasi dalam aktivitas bermanfaat. Pendekatan ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan kelompok untuk membantu anggotanya berkembang secara baik.

2.2.5 Tinjauan Mengenai Dukungan Emosional pada Lansia

1. Pengertian Dukungan Emosional pada Lansia

Dukungan emosional pada lansia menurut para ahli adalah bentuk dukungan yang dirancang untuk membantu individu lanjut usia dalam mengelola dan mengatasi tantangan emosional yang mereka hadapi.

Menurut Charles A. R. R. (2015), dukungan emosional mencakup perhatian dan empati dari orang-orang di sekitar lansia, yang bertujuan untuk mengurangi perasaan stres, cemas, dan kesepian, serta meningkatkan

rasa nyaman dan aman. Ini melibatkan memberikan perhatian penuh, mendengarkan dengan empati, dan menunjukkan kasih sayang yang dapat meningkatkan kesejahteraan emosional lansia.

Dukungan emosional melibatkan interaksi yang positif yang membantu lansia merasa diperhatikan dan dihargai. Ini mencakup komunikasi yang mendukung, berbagi perasaan, dan memberikan dorongan moral. Dukungan emosional dianggap penting untuk menjaga kesehatan mental lansia dan mengurangi risiko depresi dan kecemasan. (Paulson et al. (2017))

Menurut Kane (2018), dukungan emosional untuk lansia adalah segala bentuk dukungan yang membantu lansia merasa lebih terhubung dengan orang lain dan lebih positif dalam menilai kehidupan mereka. Ini termasuk memberi perhatian yang konsisten, memahami kebutuhan emosional lansia, dan menyediakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan emosional mereka.

Secara keseluruhan, dukungan emosional bagi lansia berfokus pada memberikan perasaan aman, diperhatikan, dan dicintai, serta mengurangi dampak negatif dari stres dan perasaan kesepian pada kesehatan mental mereka.

2. Tujuan Dukungan Emosional

Menurut Paulson et al. (2017), dukungan emosional bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan emosional lansia dengan membantu mereka merasa lebih terhubung dan dihargai. Ini dapat mengurangi perasaan kesepian dan depresi, serta meningkatkan kepuasan hidup.

Charles A. R. R. (2015) mengungkapkan bahwa dukungan emosional membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan pada lansia. Dengan memberikan perhatian dan empati, dukungan ini dapat membuat lansia merasa lebih aman dan nyaman dalam menghadapi tantangan hidup.

Menurut Kane (2018), tujuan dukungan emosional adalah untuk memperkuat rasa aman dan keterhubungan lansia dengan orang-orang di sekeliling mereka. Ini melibatkan menciptakan lingkungan yang mendukung di mana lansia merasa diterima dan diperhatikan.

The Irish Association of Social Workers (IASW) Special Interest Group on Ageing (SIGA) mengungkapkan bahwa dukungan emosional berfungsi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan membantu mereka mengatasi kesulitan emosional dan menjaga semangat hidup mereka. Dukungan ini penting untuk menjaga keseimbangan emosional dan meningkatkan kepuasan hidup secara keseluruhan.

Secara umum, dukungan emosional bertujuan untuk membantu lansia merasa lebih baik secara emosional, mengurangi perasaan kesepian dan stres, serta meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental mereka.

3. Model Dukungan Emosional pada Lansia

Model yang dapat digunakan oleh pendamping keluarga untuk memberikan dukungan emosional pada lansia termasuk model psikososial/psikoanalisa. Model psikososial adalah salah satu model pertama yang dikembangkan dan diterapkan dalam praktik *social casework*. Model ini didasarkan pada konsep awal yang dikemukakan oleh Gordon

Hamilton, yang dikenal dengan pendekatan organismik. Pendekatan ini mengidentifikasi penyebab dan dampak interaksi antara individu dan lingkungan mereka. Psikologi ego dan ilmu perilaku merupakan dasar penting dalam praktik ini, yang berakar pada teori Freud dan telah disesuaikan untuk penggunaan praktis.

Model psikososial/psikoanalisa menjelaskan bahwa masalah emosional dan perilaku, atau masalah psikopatologi klien, sering kali disebabkan oleh pengalaman negatif yang dialami klien pada masa kanak-kanak. Masalah ini bisa muncul dari pengalaman traumatis karena:

- a. Ego tidak mampu mengatasi peristiwa traumatis, sehingga ego menggunakan mekanisme pertahanan seperti represi untuk melindungi dirinya.
- b. Klien mengalami masalah ketika materi yang direpres berubah menjadi energi yang secara tidak sadar mengganggu.
- c. Konflik internal yang tidak terselesaikan, seperti perasaan suka dan benci terhadap seseorang, dapat menjadi sumber masalah perilaku, seperti agresi, atau masalah emosional, seperti ledakan kemarahan.

Secara umum, model psikososial/psikoanalisa dapat digunakan oleh pendamping keluarga untuk memberikan dukungan emosional pada lansia. Model ini menjelaskan bahwa masalah emosional dan perilaku sering kali disebabkan oleh pengalaman negatif atau traumatis masa kanak-kanak, termasuk ketidakmampuan ego untuk mengatasi trauma, yang menyebabkan penggunaan mekanisme pertahanan seperti

represi. Masalah yang timbul ketika materi yang direpres mengganggu secara tidak sadar. Konflik internal yang tidak terselesaikan, yang dapat menimbulkan masalah perilaku atau emosional.