

BAB II

KAJIAN KONSEPTUAL

2.1 Penelitian Terdahulu

1. Resiliensi Lansia di Panti Jompo BPPLU Provinsi Bengkulu Oleh Karni Aniti, 2019.

Penelitian ini menggambarkan bagaimana resiliensi lansia yang harus tinggal di panti jompo, kondisi jauh dari keluarga sehingga lansia merasa kesepian, ketidakcocokan dengan kondisi di panti, mulai dari makanan, tempat tinggal dan dukungan rekan sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan resiliensi lansia di BPPLU Provinsi Bengkulu dalam kondisi jauh dari keluarga. Resiliensi melalui kemampuan regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, *self efficacy*, dan *reaching out*.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif melalui teknik wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Informan dalam penelitian ini adalah tiga belas lanjut usia berusia enampuluh tahun ke atas, yang jauh dari keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku resiliensi pada lanjut usia yang berada di BPPLU Provinsi Bengkulu memiliki perbedaan di beberapa aspeknya. Ditinjau dari aspek regulasi emosi setiap informan memiliki regulasi emosi yang hampir sama, dimana mereka dapat menghadapi kondisi jauh dari keluarga. Namun semua lansia di panti tersebut dapat mengatasinya dengan cara mendekatkan diri kepada Sang Pencipta, serta menggunakan waktu luang dengan ngobrol dengan teman di panti. Sementara jika ditinjau dari aspek optimisme dari

13 informan 9 orang memiliki sifat optimisme rendah, mereka pasrah dengan kehidupan yang mereka jalani saat ini.

Ditinjau dari aspek empati sebagian besar lansia memiliki empati yang bagus, seperti jika ada teman sakit mereka membantu untuk mengantarkan ke klinik untuk berobat, mengambilkan nasi di tempat dapur ketika sudah tiba saatnya makan, membingbing temannya ke mushola untuk sholat. Dari hasil observasi dan wawancara diperoleh gambaran bahwa sebagian besar lansia memiliki *reaching out* yang baik. Namun sebagian kecil ada yang masih menyesali kondisi yang terjadi atau dialami mereka dengan keadaan masa tua harus ditinggal jauh oleh keluarga dan hidup di panti jompo

2. Resiliensi Pada Lansia di Balai Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung Oleh Pragallapati & Munaroh, 2020

Penelitian ini menggambarkan berbagai upaya pemecahan masalah yang dilakukan lansia yang tinggal di Balai Sosial Tresna Werdha Ciparay. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada lansia. Dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak enam puluh dengan teknik pengambilan sampel slovin. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Wagnild & Young (1993).

Hasil penelitian menggambarkan mayoritas lansia di Balai Sosial Tresna Werdha Ciparay memiliki tingkat resiliensi rendah tidak ada, yang memiliki resiliensi sedang berjumlah 22 orang, dan yang memiliki resiliensi tinggi sejumlah 38 orang. hal ini menunjukkan bahwa lansia di Balai Sosial Tresna Werdha Ciparay

memiliki kemampuan individu atau resiliensi yang baik dalam mengatasi masalah, kekecewaan dan trauma yang dihadapi.

3. Resiliensi Pada Lanjut Usia Perempuan yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya di Desa Margomulyo Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi Oleh Solehati & Alwi, 2021

Penelitian ini menggambarkan berbagai upaya pemecahan masalah yang dilakukan lansia Perempuan dalam masalah kehilangan pasangan hidup di Desa Margomulyo yang lebih banyak dibandingkan lanjut usia laki-laki. Permasalahan yang sering dialami lanjut usia di desa tersebut yaitu mengenai masalah ekonomi akibat lansia yang rata-rata Perempuan sudah ditinggal pasangannya sehingga tidak ada lagi suami yang bekerja dan memenuhi nafkahnya. Masalah lain yaitu mengenai psikologis karena lansia mengalami perubahan dalam hidupnya dan mengalami kesedihan dan kesepian. Lansia yang ditinggal pasangannya beberapa masih tinggal bersama anaknya namun tak jarang juga ada yang tinggal sendiri.

Metode penelitian yang digunakan metode kualitatif. Dengan informan yakni lanjut usia Perempuan minimal usia 60 tahun, lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya minimal 1 tahun, tidak menikah lagi, lansia yang masih sehat, tidak pikun dan mampu berkomunikasi dengan baik, tinggal di Desa Margomulyo berjumlah 5 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari kelima informan memiliki daya resiliensi yang baik. Ditinjau dari tujuh aspek. Aspek tersebut diantaranya lansia mampu mengontrol dan mengatur emosi sedih setelah ditinggal pasangan, mampu

mengendalikan keinginan dan dorongan yang muncul dalam diri, memiliki sikap optimis, tidak mudah menyerah, memiliki rasa peduli terhadap orang lain dan mampu mengenali keadaan yang dialami orang lain, mampu mengetahui dan menyelesaikan masalah yang dihadapi, dan mampu meningkatkan dan meraih aspek positif dalam dirinya.

4. Resiliensi Lansia yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya di Kecamatan Bagan Sinembah Raya Oleh Bulan Cahaya. 2023

Penelitian ini menggambarkan lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya di Desa Bagan Sinembah diketahui memberikan perubahan pada kehidupannya. Permasalahan yang dialami oleh lansia seperti masalah ekonomi, lansia merasa sulit karena tidak ada lagi suami yang bekerja untuk memenuhi nafkahnya. Meskipun sebagian dari mereka memiliki aset peninggalan suami, namun hal ini juga menjadi masalah karena tidak ada seseorang yang bisa untuk mengelolanya. Selain itu masalah psikologis lansia yang mengalami perubahan dalam hidupnya dan mengalami kesedihan bahkan kesepian. Lansia memilih tinggal di rumahnya sendiri karena merasakan akan menjadi beban bagi anak dan keluarganya.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian dengan menggunakan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Penentuan subjek dalam penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Dengan jumlah informan sebanyak lima orang lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya di Kecamatan Bagan Sinembah Raya mampu beresiliensi, memiliki kemampuan dalam mengembangkan kemampuan berpikir positif, regulasi emosi, berpikir kausal, dan optimis. Hal ini juga didukung oleh lingkungan sosial lansia seperti keluarga, teman sebaya dan kerabat.

5. Hubungan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lanjut Usia Oleh Pratama & Murtiyani, 2023

Penelitian ini menggambarkan fenomena lansia di UPT. Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto bahwa para lansia yang tinggal karena anak dan keluarga sibuk bekerja sehingga mereka menitipkan orang tuanya atau lansia yang hidup sebatang kara. Beberapa lansia mengalami bahwa ketika mereka ditinggalkan sehingga tidak dapat menerima, dan beberapa lansia juga ada yang menarik diri.

Jenis penelitian dilakukan dengan non-eksperimental korelasional dengan metode *cross sectional*, dimana peneliti menjadi dan menjelaskan suatu hubungan, memperkirakan, dan menguji berdasarkan teori yang ada. Dengan dua puluh lima responden, instrumen menggunakan kuesioner tertutup dengan menggunakan kuesioner Wagnild and Young yang berisi empat belas item pertanyaan dari lima aspek yaitu *equanimity*, *meaningfulness*, *perseverance*, *self-reliance*, dan *existential aloneness*. Digunakan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi.

Hasil penelitian berdasarkan hasil analisis dan data yang telah diperoleh terkait hubungan resiliensi dengan kesejahteraan psikologis lansia di UPT. Pesanggrahan PMKS Mojopahit pada dua puluh lima responden bahwa tingkat resiliensi lansia sebagai besar dengan tingkat sedang, sedangkan tingkat kesejahteraan psikologis sebagian besar sedang. Terdapat hubungan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis lansia di UPT Pesanggrahan.

Tabel 2. 1 Perbandingan Penelitian Terdahulu dengan Penelitian yang Dilakukan

No	Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Karni Asniti (2019)	Resiliensi Lansia di Panti Jompo BPPLU Provinsi Bengkulu	Kualitatif dengan deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku resiliensi lansia memiliki perbedaan di beberapa aspeknya. Seperti aspek regulasi emosi yang hampir sama serta aspek empati yang baik.
2	Pragallapati Andria, Munawaroh Fitri (2020)	Resiliensi Pada Lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Wredha Ciparay Kabupaten Bandung	Kuantitatif dengan deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat resiliensi rendah tidak ada. Sedangkan yang memiliki resiliensi sedang berjumlah 22 orang.
3	Solehati Nasihat, Alwi Muhid Muhammad (2021)	Resiliensi Pada Lanjut Usia Perempuan yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya di Desa Margomulyo Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi	Kualitatif dengan deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa memiliki daya resiliensi yang baik. Ditinjau dari ketujuh aspek.
4	Bulan Cahaya (2023)	Resiliensi yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya di Kecamatan Bagan Sinembah Raya	Kualitatif dengan studi kasus	Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya mampu beresiliensi dan didukung faktor lingkungan sosial lansia.
5	Pratama Fatika Ade, Murtuyani Ninik (2023)	Hubungan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lanjut Usia	Non-eksperimental korelasional dengan metode cross sectional	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologi. Tingkat resiliensi lansia sebagian besar sedang, sedangkan tingkat kesejahteraan sosial psikologis sebagian besar sedang.

Sumber : Penelitian Mahasiswa Poltekesos Bandung Tahun 2024

Kesimpulan dari penelitian terdahulu yang disajikan diatas adalah penelitian yang dilakukan terkait resiliensi lanjut usia merupakan isu masalah yang sudah

diteliti sebelumnya di berbagai wilayah untuk mengetahui seberapa besar tingkat resiliensi pada lansia khususnya yang ditinggalkan oleh pasangan. Penelitian ini yang disajikan diatas memiliki kesamaan yaitu aspek resiliensi yang digunakan. Perbedaan penelitian terdahulu dengan yang sekarang adalah sasaran penelitian, aspek-aspek penelitian, lokasi penelitian serta tahun penelitian. Kebaruan atau *novelty* dalam penelitian terletak dari populasi yang digunakan yaitu lanjut usia yang kehilangan pasangan hidup karena kematian pasangan, baik itu perempuan maupun laki-laki berusia 60 sampai 75 tahun dan berada di Desa Sayang Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang.

2.2 Teori yang Relevan

2.2.1 Tinjauan tentang Resiliensi

2.2.1.1 Definisi Resiliensi

Wagnild dan Young (1993:3), resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali dari situasi sulit atau traumatis. Orang yang resilien mampu beradaptasi dengan perubahan dan mengatasi tantangan dengan cara yang sehat dan positif. Yu dan Zhang (2007) dalam Fuad Nashori, dkk (2021:11) menambahkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dengan penyesuaian diri setelah mengalami kejadian traumatis. Reivich dan Shatte resiliensi adalah kemampuan individu untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Wiwin,2018:22). Resiliensi akan mencerminkan bagaimana

kekuatan dan ketangguhan yang ada didalam diri seseorang. Resiliensi ini ditandai oleh kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif.

Wiwin Hendriani (2018:24) resiliensi merupakan sebuah proses dinamis yang melibatkan peran dari faktor-faktor individual maupun sosial atau lingkungan. Yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan. Selanjutnya, Wagnild (2009:167) mengemukakan bahwa resiliensi dapat diukur dengan menggunakan lima indikator yang menjadi dasar skala resiliensi yaitu : (1) *Perverence*, (2) *equaminaty*, (3) *meaningfulness*, (4) *self-reliance*, (5) *existential aloneness*

Berdasarkan berbagai definisi mengenai resiliensi dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha dan beradaptasi dengan keadaan baru dan kemudian bangkit menjadi lebih baik. Individu yang resilien harus memiliki ketekunan, keseimbangan batin, memiliki tujuan yang jelas, kepercayaan diri, dan keunikan dalam memandang dirinya.

2.2.1.2 Faktor-faktor Resiliensi

Studi resiliensi tidak terlepas dari pembahasan mengenai faktor pendukung (*protectif*) dan faktor resiko (*risk*). Faktor resiko merupakan faktor yang dapat memunculkan kerentanan terhadap distress. Konsep risk dalam resiliensi menyebutkan kemungkinan-kemungkinan terhadap ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, dikarenakan kondisi-kondisi yang menekan. Faktor resiko dapat

berasal dari faktor genetik, seperti penyakit sejak lahir, psikologis, lingkungan dan sosio-ekonomi yang mempengaruhi kemungkinan terciptanya ketahanan terhadap stress (Schoon, 2006:14)

Sementara faktor pendukung dalam resiliensi merupakan faktor-faktor yang membantu dan mendukung untuk bangkit dan pulih dari kesulitan yang dihadapi. Tiga kategori yang termasuk pada faktor pendukung (Everall,2006:461) yaitu:

1. Faktor individu merupakan sebuah konsep diri dan harga diri yang positif dalam berkontribusi terhadap kemampuan resiliensi. Konsep diri yang positif dapat didukung oleh rasa penguasaan yang datang dari keberhasilan menyelesaikan tugas atau dari memiliki keterampilan dan bakat khusus yang dihargai keluarga dan masyarakat.
2. Faktor keluarga dapat merusak instrumen penting dalam meningkatkan resiliensi. Individu yang menerima bimbingan langsung dan adanya dorongan keluarga dalam menghadapi kesulitan sering merasa termotivasi, optimis dan diyakinkan bahwa seseorang percaya pada kemampuan mereka untuk berhasil.
3. Faktor eksternal dan komunitas yaitu keterlibatan dalam hubungan dan kegiatan di luar rumah membantu meningkatkan resiliensi, beberapa pendapat ahli juga menambahkan unsur budaya dalam mempengaruhi kemampuan resiliensi seseorang.

Terdapat tujuh faktor resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) dalam Wiwin Hendriani (2018:59) adalah sebagai berikut :

1. Regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang kurang mampu mengontrol emosi akan mengalami kesulitan dalam menjaga hubungan dengan orang lain. Sebaliknya, ketika individu mampu meregulasi emosinya dengan baik dengan orang lain maupun berbagai berbagai kondisi lingkungan.
2. Pengendalian impuls, yaitu kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Seseorang yang mempunyai kemampuan impuls yang rendah akan cenderung reaktif menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsive, dan berperilaku agresif.
3. Optimisme, kemampuan individu yang ditandai bahwa ia percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi kehilangan yang mungkin terjadi dimasa depan.
4. Analisis kausal, yaitu kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi. Seorang yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.
5. Empati, yaitu berkaitan dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain.
6. Efikasi diri, yaitu mempresentasikan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan.

7. *Reaching out*, yaitu kemampuan individu untuk meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan menimpa.

2.2.1.3 Indikator Resiliensi

Indikator resiliensi dikemukakan oleh Wagnild dan Young (Losoi dkk,2013) terdapat lima indikator utama resiliensi, yaitu:

2.2.1.3.1 Kegigihan (*Perseverance*)

Kegigihan (*perseverance*) adalah sikap persisten dalam menghadapi kesulitan dan keputusan. *Perseverance* merupakan kegigihan dan tekad untuk mencapai tujuan meskipun menghadapi kesulitan. dapat disimpulkan bahwa ketekunan yaitu orang yang memiliki resiliensi tidak mudah menyerah dan memiliki dorongan kuat untuk terus berjuang. Indikator *perseverance* dalam resiliensi mengacu pada kemampuan untuk terus maju dan mencapai tujuan Anda meskipun menghadapi kesulitan dan rintangan. Orang yang memiliki indikator *perseverance* tinggi cenderung:

1. Memiliki motivasi yang kuat (*strong motivation*) adalah dorongan dan tekad yang kuat untuk mencapai tujuan, bahkan di tengah rintangan dan kemunduran.
2. Gigih dan ulet (*tenacious and persistent*) adalah kemampuan untuk tetap berusaha mencapai tujuan mereka, bahkan di tengah rintangan dan kemunduran yang signifikan.
3. Disiplin diri (*self-discipline*) adalah kemampuan untuk mengendalikan impuls, mengelola waktu dan sumber daya secara efektif, dan tetap fokus pada tujuan.

4. Optimistis (*optimistic*) adalah keyakinan bahwa individu dapat mencapai hasil yang positif dalam hidup bahkan ketika menghadapi tantangan dan kesulitan.
5. Fleksibel dan mampu beradaptasi (*flexible and adaptable*) adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan, menghadapi situasi baru, dan menemukan cara baru untuk mencapai tujuan.

2.2.1.3.2 Kemandirian (*Self-Reliance*)

Kemandirian (*self-reliance*) adalah keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk mengatasi masalah. Individu yang resilien memiliki rasa percaya diri dan harga diri yang tinggi. dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki resiliensi mampu mengambil Keputusan dan bertindak secara mandiri. Indikator *self-reliance* dalam resiliensi mengacu pada kemampuan untuk mandiri, mengandalkan diri sendiri, dan mengatasi tantangan tanpa perlu selalu bergantung pada orang lain. Orang yang memiliki *self-reliance* tinggi cenderung:

1. Mandiri (*independent*) adalah kemampuan untuk mengambil tindakan dan membuat kemajuan dalam mengatasi tantangan.
2. Mampu memecahkan masalah (*problem-solving skills*) adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan dan situasi baru.
3. Bertanggung jawab (*accountable*) adalah mendorong untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab dan etis.
4. *Resourceful* (sumber daya) adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi baru dan tidak terduga.
5. Adaptif (*adaptable*) adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan dan ketidakpastian.

6. Keterampilan coping adalah strategi yang digunakan untuk menghadapi dan mengatasi stress, tantangan dan situasi sulit dalam hidup.
7. Pengambilan keputusan adalah proses memilih tindakan terbaik untuk mengatasi situasi sulit atau stress.

2.2.1.3.3 Kebermaknaan (*Meaningfulness*)

Kebermaknaan (*meaningfulness*) adalah memiliki tujuan hidup yang jelas dan merasa bahwa hidup memiliki nilai dan kontribusi. Dapat disimpulkan orang yang memiliki resilien merasa bersyukur dan menghargai hidup, serta memiliki koneksi dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri. Indikator *meaningfulness* dalam resiliensi mengacu pada perasaan memiliki tujuan hidup dan nilai-nilai yang membimbing Anda. Orang yang memiliki indikator *meaningfulness* tinggi cenderung:

1. Memiliki tujuan hidup (*sense of purpose*) adalah kemampuan individu untuk mengatasi rintangan dan kemunduran.
2. Memiliki nilai-nilai yang kuat (*strong values*) adalah meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri.
3. Keterhubungan dengan orang lain adalah dukungan sosial dari orang lain, rasa terhubung, dan diterima.

2.2.1.3.4 Keseimbangan (*Equanimity*)

Keseimbangan (*equanimity*) adalah kemampuan untuk menerima kenyataan hidup, baik positif maupun negatif, dengan pandangan yang seimbang. Dalam definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki resiliensi tinggi mampu melihat masalah dari berbagai sudut pandang dan dapat beradaptasi

terhadap perubahan dengan baik. Indikator *equanimity* dalam resiliensi mengacu pada kemampuan untuk tetap tenang, terpusat, dan menerima dalam menghadapi kesulitan. Orang yang memiliki indikator *equanimity* tinggi cenderung:

1. Mengatur emosi mereka secara efektif (*Emotional Regulation*) adalah kemampuan untuk mengelola dan mengendalikan emosi secara efektif.
2. Memiliki pemikiran yang berfokus pada solusi (*Solution-Focused Thinking*) adalah pendekatan yang menekankan pada identifikasi dan fokus solusi daripada terpaku pada masalah.
3. Menerima kenyataan (*Acceptance*) adalah kemampuan individu untuk menerima dan mengakui realitas situasi yang sulit, bahkan ketika situasinya tidak sesuai dengan keinginan atau harapan.
4. Memiliki perspektif yang luas (*Broad Perspective*) adalah kemampuan individu untuk melihat melampaui keadaan langsung dan mempertimbangkan gambaran yang lebih besar, termasuk konteks, kemungkinan konsekuensi dan perspektif alternatif.
5. Memiliki ketenangan batin (*Inner Peace*) adalah keadaan pikiran yang tenang, damai, dan stabil, bahkan di tengah situasi yang sulit dan penuh tekanan.
6. Independen adalah kemampuan berdiri sendiri dan bertumbuh, untuk mandiri, dan mengambil tanggung jawab atas hidup sendiri.

2.2.1.3.5 Keunikan Pribadi (*Existential Aloneness*)

Keunikan Pribadi (*existential aloneness*) adalah kemampuan menerima bahwa manusia pada dasarnya adalah makhluk soliter. Artinya orang yang resilien mampu merasa nyaman dengan diri sendiri, menikmati waktu sendiri, dan memiliki

hubungan yang sehat dengan diri sendiri. Keunikan pribadi adalah menyadari bahwa jalan hidup setiap orang berbeda walaupun dengan banyaknya pengalaman orang lain yang diketahui namun masih menyadari bahwa segala sesuatu akan dihadapi sendiri. Hal ini diikuti dengan perasaan bebas dan unik terhadap diri sendiri. Dengan kata lain, seseorang yang resilien menyadari adanya keunikan setiap individu atau sering dikenal dengan istilah *individual differences*. Indikator Keunikan Pribadi(*existential aloneness*) mengacu pada perasaan terisolasi, kesepian, dan terpisah dari orang lain dan dari dunia. Orang yang memiliki indikator keunikan pribadi tinggi cenderung:

1. Memiliki keyakinan negatif tentang diri sendiri (*negative beliefs about self*) adalah keyakinan negatif yang berasal dari berbagai pengalaman, seperti kegagalan masa lalu, kritikan, atau trauma, dan dapat bermanifestasi dalam berbagai cara.
2. Keterhubungan sosial adalah jaringan relasi yang kuat dan saling mendukung antar individu.
3. Harga diri adalah penilaian individu terhadap diri sendiri, meliputi keyakinan, kemampuan, dan nilai-nilai yang diyakini.
4. Dukungan adalah bantuan dan dorongan yang diberikan oleh orang lain kepada individu yang sedang menghadapi tantangan.
5. Keterikatan adalah rasa aman, nyaman, dan percaya diri saat bersama orang lain.

2.2.1.4 Aspek-aspek Resiliensi

Terdapat tiga aspek resiliensi menurut Yu dan Zhang (2007) dalam Fuad Nashori, dkk (2021:14) yaitu sebagai berikut:

1. Kegigihan (*tenacity*), yaitu menggambarkan ketenangan mental, keadaan siap, kegigihan dan kontrol diri ketika menghadapi tantangan. Mereka yang resilien memiliki keyakinan mampu mengendalikan diri dalam mengatasi kesulitan dan bangkit dari keterpurukan. Keyakinan ini membawa ketenangan dalam menyikapi segala kemungkinan terburuk yang dapat terjadi pada diri mereka.
2. Kekuatan (*strength*), yaitu berfokus pada kemampuan individu untuk pulih dan menjadi lebih kuat setelah mengalami kemunduran dan pengalaman masa lalu. Kesulitan dinilai sebagai suatu peluang untuk berkembang, peluang ini mendorong mereka untuk fokus pada pembelajaran yang dapat dicapai.
3. Optimism (*optimism*), yaitu mencerminkan kecenderungan individu untuk melihat sisi positif dari suatu hal dan mencapai diri sendiri serta percaya pada orang lain. Optimisme mampu menguatkan keyakinan individu atas dirinya agar bisa bangkit kembali dari keterpurukan atau kesulitan.

2.2.2 Tinjauan tentang Lanjut Usia

2.2.2.1 Pengertian Lanjut Usia

Lanjut usia merupakan bagian dari proses tumbuh kembang, yang mana kelanjutan dari usia dewasa. Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada bab 1 pasal 1 ayat 2, yang dimaksud lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas.

Di Amerika Serikat sendiri menetapkan usia lanjut dengan *social security act* (1935) yaitu usia 65 tahun, sedangkan menurut Surini & Utomo (2003) dalam Lilik (2011:8) Lanjut usia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang akan dijalani semua individu, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan,

Berdasarkan pengertian diatas lanjut usia adalah seseorang berusia 60 tahun ke atas, mengalami penurunan kemampuan fisik dan mental secara bertahap. Mereka rentan terhadap penyakit kronis, penurunan fungsi fisik dan mental, serta kesepian. Penuaan terjadi secara bertahap dan berbeda-beda pada setiap individu.

2.2.2.2 Karakteristik Lanjut Usia

Budi Anna dalam Maryam (2008:33), lanjut usia memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Berusia lebih dari 60 tahun (sesuai dengan pasal 1 ayat (2) Undang-Undang Nomor 13 tentang Kesehatan). Artinya lanjut usia memiliki usia 60 tahun keatas.
2. Kebutuhan dan Masalah yang bervariasi dari rentang sehat sampai sakit, dari kebutuhan biopsikososial sampai spiritual, serta dari kondisi adaptif hingga kondisi maladaptif.
3. Lingkungan tempat tinggal yang bervariasi. dapat disimpulkan bahwa lingkungan tempat tinggal dapat mempengaruhi lansia misalnya dalam genetic, gaya hidup, ekonomi dan lingkungan sosial dari lansia.

2.2.2.3 Tugas Perkembangan Lanjut Usia

Seiring tahap kehidupan manusia, lansia memiliki tugas perkembangan. Hal ini dideskripsikan oleh Burnside (1979), Dwall (1977) dan Havighurst (1953) dikutip oleh Potter dan Perry (2005) dalam Lilik (2011:2) menyatakan bahwa terdapat tujuh kategori utama tugas perkembangan lansia meliputi:

1. Menyesuaikan terhadap penurunan kekuatan fisik dan kesehatan.
2. Menyesuaikan terhadap masa pensiun dan penurunan pendapatan.
3. Menyesuaikan terhadap kematian pasangan.
4. Menerima diri sendiri sebagai individu lanjut usia.
5. Mempertahankan kepuasan pengaturan hidup.
6. Mendefinisikan ulang hubungan dengan anak yang dewasa.
7. Menentukan cara untuk mempertahankan kualitas hidup.

2.2.2.4 Tipe-tipe Lanjut Usia

Tipe pada lanjut usia bergantung kepada karakter, pengalaman hidup, lingkungan, kondisi fisik, mental, sosial, dan ekonominya (Nugroho 2000 dalam Lilik, 2011:24) tipe lanjut usia dijabarkan sebagai berikut:

1. Tipe arif bijaksana; kaya dengan hikmah pengalaman menyesuaikan diri dengan perubahan jaman, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan, dan menjadi panutan.
2. Tipe mandiri; mengganti kegiatan-kegiatan yang hilang dengan kegiatan-kegiatan baru, selektif dalam mencari pekerjaan, teman pergaulan, serta memenuhi undangan.

3. Tipe tidak puas; konflik lahir batin menentang proses ketuaan, yang menyebabkan kehilangan kecantikan, kehilangan daya Tarik jasmaniah, kehilangan kekuasaan, status, teman yang disayangi, pemarah, tidak sabar, mudah tersinggung, menuntut, sulit dilayani dan pengkritik.
4. Tipe pasrah; menerima dan menunggu Nasib baik, mempunyai konsep habis gelap datang terang, mengikuti kegiatan beribadah, ringan kaki, pekerjaan apa saja dilakukan.
5. Tipe bingung; kaget, kehilangan kepribadian, mengasingkan diri, minder, menyesal, pasif, dan acuh tak acuh.

2.2.2.5 Masalah yang Dihadapi Lanjut Usia

Masalah yang umum dihadapi oleh lanjut suai dapat dikelompokkan ke dalam empat kategori permasalahan, yaitu:

1. Masalah Ekonomi Usia lanjut ditandai dengan menurunnya produktivitas kerja, dimana mereka memasuki masa pensiun atau berhenti dari pekerjaan utama. Hal ini berakibat pada menurunnya pendapatan yang kemudian berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari, seperti sandang, pangan, papan, kesehatan, rekreasi dan kebutuhan sosial.
2. Masalah Sosial Masa tua ditandai dengan berkurangnya kontak sosial, baik dengan anggota keluarga, anggota masyarakat maupun dengan teman kerja sebagai akibat terputusnya hubungan kerja karena masa pensiun. Selain itu perubahan nilai sosial Masyarakat yang mengarah kepada tatanan Masyarakat yang individualistis, sedikitnya berpengaruh bagi lanjut usia yang kurang

mendapatkan perhatian, sehingga mereka mulai tersisih dari kehidupan Masyarakat atau bahkan terlantar.

3. Masalah Kesehatan Pada usia lanjut terjadinya kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit terutama penyakit degeneratif. Hal ini menimbulkan masalah kesehatan, sosial dan membebani perekonomian baik pada usia lanjut maupun pemerintah karena masing-masing penyakit tersebut memerlukan dukungan dana atau biaya.
4. Masalah Psikologis Permasalahan psikologis terhadap usia lanjut pada umumnya meliputi; kesepian, terasing dari lingkungan, ketidakberdayaan, perasaan tidak berguna, kurang percaya diri, ketergantungan, keterlantaran, terutama bagi usia lanjut, yang mengalami kemiskinan, post power syndrome dan sebagainya.

2.2.3 Tinjauan tentang Kehilangan

2.2.3.1 Definisi Kehilangan

Potter dan Perry (2019:1032), kehilangan adalah suatu keadaan aktual maupun potensial yang dapat dialami seseorang ketika berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada, baik sebagian maupun keseluruhan, atau terjadinya perubahan dalam hidup. Dapat berupa kehilangan benda, kehilangan lingkungan kehilangan orang terdekat dan kehilangan hidup. Terutama kehilangan pasangan yang dicintai menyebabkan berbagai masalah psikologis seperti kecemasan, kesepian, serta depresi. Berdasarkan definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa kehilangan merupakan kondisi yang menyebabkan dampak psikologis kepada

setiap orang yang merasakannya. Baik itu kehilangan pasangan, sesuatu yang berharga maupun orang terdekat.

2.2.3.2 Jenis-jenis Kehilangan

Terdapat lima jenis konsep kehilangan yaitu :

1. Kehilangan objek eksternal

Kehilangan ini mencakup segala kepemilikan yang telah menjadi using, berpindah tempat, dicuri, atau dirusak karena bencana alam. Kedalaman berduka yang dirasakan individu terhadap benda yang hilang bergantung pada nilai yang dimiliki orang tersebut terhadap benda yang dimilikinya, dan kegunaan dari benda tersebut.

2. Kehilangan lingkungan yang telah dikenal

Kehilangan ini mencakup meninggalkan lingkungan yang telah dikenal selama periode tertentu/kepindahan secara permanen.

3. Kehilangan orang terdekat

Kehilangan yang terjadi pada orang-orang terdekat seperti orang tua, pasangan, anak-anak, saudara kandung, guru, dan lain-lain.

4. Kehilangan aspek diri

Kehilangan ini mencakup bagian tubuh, fungsi fisiologis, atau psikologis. Kehilangan ini dapat terjadi karena penyakit, cedera, atau perubahan perkembangan situasi. Kehilangan seperti ini dapat menurunkan kesejahteraan individu, mengalami kehilangan kedudukan, mengalami perubahan permanen dalam citra tubuh dan konsep diri.

5. Kehilangan hidup

Kehilangan ini terjadi jika individu yang akan menghadapi kematian. Hal ini menyebabkan kehilangan kontrol terhadap diri sendiri, gelisah, takut, bergantung kepada orang lain, putus asa dan malu.

2.2.4 Pekerjaan Sosial dengan Lanjut Usia

Pekerjaan sosial terkait lansia adalah bidang pekerjaan sosial yang fokus pada pelayanan, perawatan, dan dukungan kepada populasi lansia atau orang yang telah mencapai usia lanjut. Tujuan dari pekerjaan sosial ini adalah untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, mempromosikan kemandirian mereka, dan membantu mereka mengatasi tantangan yang mungkin dihadapi seiring dengan penuaan.

2.2.4.1 Peran Pekerja Sosial

Peranan Pekerjaan Sosial menurut Dwi Heru Sukoco (2011) yaitu:

1. Pernercepat Perubahan (*Enabler*)

Sebagai *enabler*, seorang pekerja sosial membantu individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat dalam mengakses Sistem sumber mengidentifikasi masalah dan mengembangkan kapasitasnya agar dapat mengatasi masalah untuk pemenuhan kebutuhannya.

2. Perantara (*Broker*)

Peran sebagai perantara yaitu menghubungkan individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat dengan lembaga pemberi pelayanan

masyarakat dalam hal ini; Dinas Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat, serta Pemerintah, agar dapat memberikan pelayanan kepada individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat yang membutuhkan bantuan atau layanan masyarakat.

3. Pendidik (*Educator*)

Peran sebagai pendidik, *community worker* diharapkan mempunyai kemampuan menyampaikan informasi dengan baik dan benar serta mudah diterima oleh individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat yang menjadi sasaran perubahan.

4. Tenaga ahli (*Expert*)

Tenaga ahli, pekerja sosial dapat memberikan masukan, saran, dan dukungan informasi dalam berbagai area (individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat).

5. Perencana sosial (*social planner*)

Seorang perencana sosial mengumpulkan data mengenai masalah sosial yang dihadapi individu, kelompok dan masyarakat, menganalisis dan menyajikan *alternative* tindakan yang rasional dalam mengakses Sistem sumber yang ada untuk mengatasi masalah pemenuhan kebutuhan individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat.

6. Fasilitator

Pekerja sosial sebagai fasilitator, dalam peran ini berkaitan dengan menstimulasi atau mendukung pengembangan masyarakat. Peran ini dilakukan untuk mempermudah proses perubahan individu-individu, kelompok-kelompok dan masyarakat, menjadi katalis untuk bertindak dan menolong sepanjang proses pengembangan dengan menyediakan waktu, pemikiran dan sarana-sarana yang dibutuhkan dalam proses tersebut

2.2.5 Tipe-Tipe Kelompok

Kelompok dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu individu dan komunitas mengatasi berbagai masalah. Berikut beberapa tipe kelompok yang dapat dijadikan alternatif pemecahan masalah :

1. *Recreation groups*, tujuan kelompok ini kegiatan yang menyenangkan. Kegiatan seringkali bersifat spontan, tidak searah dengan sedikit ruang dan peralatan serta akomodasi yang nyaman.
2. *Problem solving decision making*, tujuan kelompok ini adalah penyedia dan penerima layanan sosial dapat aktif bersama-sama.
3. *Self help groups*, adalah kelompok kecil yang diorganisir untuk saling membantu dan mencapai tujuan tertentu serta bersifat sukarela. Kelompok-kelompok tersebut adalah kelompok pemecahan masalah kelompok partisipasi sosial, kelompok gaya hidup alternatif, kelompok marginal, kelompok yang berkaitan dengan masalah.

4. *Socialization groups*, tujuan kelompok ini adalah untuk mengembangkan atau mengubah sikap dan perilaku anggota kelompok agar dapat diterima secara sosial.
5. Kelompok sensitif, bertujuan untuk meningkatkan pemahaman antar masyarakat. Kegiatan kelompok itu adalah diskusi yang mendalam dan jujur tentang alasan kegiatan kelompok.

2.2.6 Sistem Sumber

Pincus dan Minahan (1973:4) mengklasifikasikan sistem sumber kesejahteraan sosial menjadi tiga kategori yaitu sistem sumber informal atau alamiah, sistem sumber formal maupun sistem sumber kemasyarakatan. Sebagai berikut.

1. Sistem Sumber Informal atau Alamiah

Sistem sumber informal atau alamiah terdiri dari individu, keluarga, teman, tetangga, dan kelompok swadaya masyarakat yang dapat memberikan dukungan sosial, emosional, dan praktis kepada individu, keluarga, dan komunitas yang membutuhkan. Sumber-sumber ini sering kali bersifat sukarela dan tidak terorganisir secara formal.

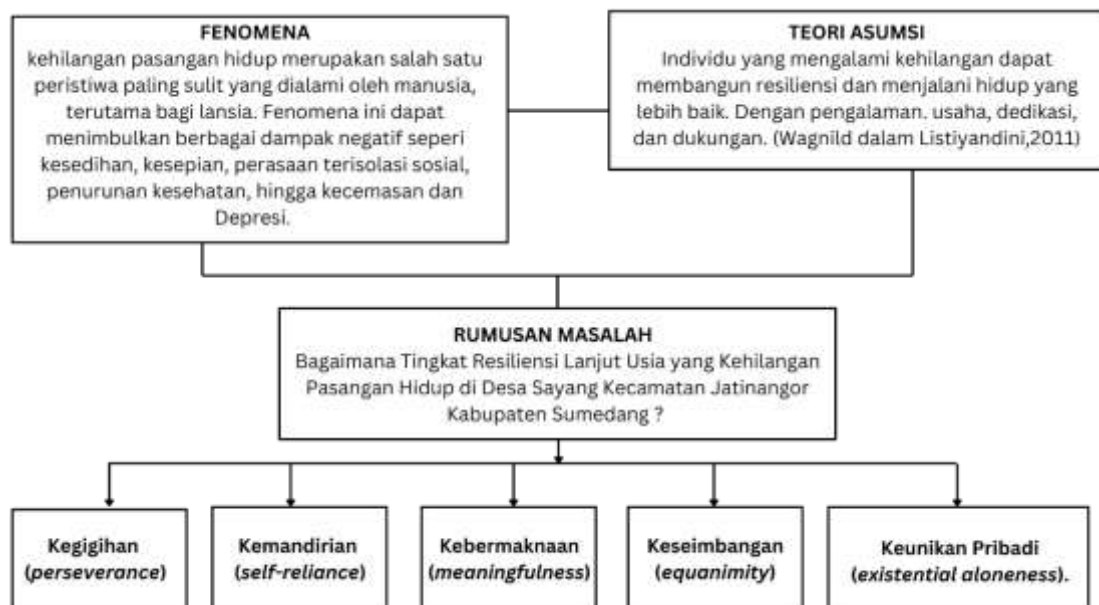
2. Sistem Sumber Formal

Sistem sumber formal terdiri dari program, layanan, dan institusi yang disediakan oleh pemerintah, organisasi nirlaba, dan sektor swasta untuk membantu individu, keluarga, dan komunitas yang membutuhkan. Sumber-sumber ini biasanya terorganisir secara formal dan memiliki struktur dan prosedur yang jelas.

3. Sistem Sumber Kemasyarakatan

Sistem sumber kemasyarakatan mengacu pada nilai-nilai, norma, dan tradisi yang ada dalam masyarakat yang dapat digunakan untuk membantu individu, keluarga, dan komunitas mengatasi masalah dan mencapai kesejahteraan. Sistem sumber ini tidak bersifat fisik atau konkret, tetapi merupakan bagian integral dari kehidupan masyarakat.

2.3 Kerangka Pemikiran



Bagan 2. 1 Kerangka Pemikiran

Berdasarkan kerangka pemikiran pada bagan 2.1, menurut Wagnild (2003) resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit kembali dari situasi sulit. Artinya yang dimaksud dengan resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari situasi sulit, termasuk fisik, seperti kehilangan pasangan hidup.

Realitasnya kemampuan resiliensi tidak datang secara otomatis, misalnya ketika kehilangan pasangan, lansia akan membawa berbagai dampak emosional, sosial serta fisik yang signifikan. Hal tersebut juga didukung oleh berbagai faktor seperti kesehatan, usia, durasi pernikahan dan tinggal bersama siapa setelah pasangan tiada. Lansia akan sering atau mudah merasa kesepian atau terisolasi setelah kehilangan pasangan. Kehilangan pada lansia terlebih jika telah hidup bersama-sama selama puluhan tahun atau belasan tahun dalam berumah tangga, merupakan peristiwa yang paling sulit. Memberikan dampak emosional, sosial, dan fisik. Lansia yang kehilangan pasangan yang tidak diinginkan. Penerimaan diri dilakukan lansia dengan melakukan berbagai macam tindakan-tindakan yang dapat membuat mereka bisa terlepas dari situasi yang tidak diinginkan. Maka tindakan-tindakan tersebut dilakukan dengan resiliensi.

Resiliensi kemampuan untuk membantu lansia dalam mengatasi berbagai tantangan dalam hidup atau salah satunya kehilangan pasangan. Maka penelitian ini bermaksud untuk mengetahui bagaimana tingkat resiliensi lanjut usia yang kehilangan pasangan hidup dengan menggunakan indikator resiliensi yakni keteguhan (*perseverance*), kemandirian (*self-reliance*), kebermaknaan (*meaningfulness*), keseimbangan (*equanimity*), dan keunikan pribadi (*existential aloneness*).