

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia adalah salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia yang dianggap sebagai fase kemunduran. Hal ini dikarenakan pada fase ini seorang individu mengalami berbagai macam kemunduran dalam hidupnya seperti kemunduran fisik dan fungsi kognisi yang mengakibatkan lansia sering dipandang sebagai makhluk yang merepotkan. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *Administration of Aging* (dalam Papalia dkk, 2009) diperoleh bahwa populasi lansia usia enampuluh tahun ke atas akan melambat di negara-negara maju namun akan tetap meningkat di negara berkembang. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pada tahun 2000 jumlah orang berusia 60 tahun ke atas diperkirakan sekitar 605 juta jiwa. Selanjutnya, akan terjadi peningkatan pada tahun 2050 yang untuk pertama kalinya diperkirakan jumlah lansia di dunia akan melampaui jumlah populasi anak-anak berusia 14 tahun ke bawah. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah lansia diperkirakan akan terus meningkat. Sedangkan menurut WHO, di masa yang akan datang terdapat peningkatan jumlah lansia terutama di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Bahkan diperkirakan Indonesia akan menempati urutan keempat dunia dengan jumlah lanjut usia terbanyak setelah Cina, India, dan Amerika Serikat.

Diperkirakan 10 tahun mendatang jumlah lansia melebihi 10 juta jiwa (www.desentralisasi-kesehatan.net/index.php?option=com). Hampir sama, menurut Menteri Kesehatan Nafsiah Mboi, jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2011 mencapai 19,5 juta jiwa. Jumlah ini merupakan 8,2% dari jumlah penduduk Indonesia (Kompas.com, 5 September 2012). Sedangkan di wilayah Surakarta sendiri jumlah lansia khususnya lansia perempuan yang ditinggal mati pasangannya cukup banyak. Berdasarkan keterangan bidang sosial BPS wilayah Surakarta, rekapitulasi tentang kependudukan dilakukan setiap 10 tahun sekali maka data yang ada pada tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah lansia perempuan lebih banyak daripada lansia laki-laki, yaitu lansia laki-laki berjumlah 18315 jiwa sedangkan lansia perempuan berjumlah 24740 jiwa. Lebih lanjut dijelaskan bahwa tingkat perpisahan pasangan perempuan lanjut usia yang ditinggal mati pasangan lebih besar daripada yang disebabkan karena perceraian. Hal tersebut dikarenakan jumlah lansia perempuan yang ditinggal pasangan karena perceraian berjumlah 1118 jiwa sedangkan yang disebabkan karena kematian pasangan berjumlah 23622 jiwa. Maka, banyaknya jumlah perempuan lanjut usia yang disebabkan karena kematian pasangan mengakibatkan janda lansia menghadapi berbagai masalah dan tantangan hidup yang lebih beragam dan kompleks setelah kematian pasangan. Menurut Utz (dalam Solichatun, 2013) dijelaskan bahwa efek kehilangan pasangan terhadap para perempuan cukup beragam. Secara umum, baik

perempuan yang kehilangan pasangan karena perceraian maupun karena kematian akan dihadapkan pada realita yang hampir sama yaitu bagi sebagian perempuan akhir perkawinan berarti hilangnya pasangan hidup, teman hidup, dan orang yang dapat dipercaya. Tapi bagi sebagian yang lain berakhirnya perkawinan mencerminkan rasa kehilangan terhadap pencari nafkah untuk kehidupan rumah tangga atau kehilangan orang yang akan memperbaiki peralatan- peralatan rumah. Maka dapat disimpulkan bahwa menurut sifat kehilangan yang dirasakan oleh seorang perempuan terhadap pasangannya sangat berhubungan dengan sejarah hubungan perempuan tersebut dengan pasangan. Semakin panjang usia perkawinan maka akan semakin banyak pula sejarah dalam kehidupan rumah tangga daripada yang usia perkawinannya masih pendek. Salah satu pasangan yang bertahan menjadi harus bertanggungjawab dengan seluruh tugas harian dalam kehidupan termasuk tugas-tugas yang awalnya dilakukan secara bersamaan dengan pasangannya. Termasuk dalam hal ini seorang perempuan yang kehilangan pasangan juga harus tetap menjalankan aktivitas hariannya, misalnya untuk mengurus rumah tangga, sementara dalam waktu yang bersamaan ia merasakan kesedihan karena kehilangan hubungan dengan orang terdekat. Tujuan perempuan yang kehilangan pasangan ini bukan lagi mengembalikan kehidupan yang dijalannya sebelumnya, tetapi membangun kembali kehidupannya sehingga merefleksikan realitas kehidupannya yang baru sebagai seorang perempuan tanpa pasangan.

Klasifikasi para ilmuwan dewasa ini dalam mempelajari proses penuaan pada manusia membagi tiga kelompok lansia yaitu: lansia muda (berusia 65-74 tahun), lansia tua (berusia 75-84 tahun), dan lansia tertua (berusia 85 tahun ke atas) (Papalia dkk, 2009). Lebih lanjut dijelaskan bahwa terdapat perbedaan tertentu di antara individu- individu dalam usia saat mereka mulai menua. Kondisi kehidupan dan perawatan yang baik pada kebanyakan laki- laki dan perempuan saat ini tidak menunjukkan tanda- tanda penuaan mental maupun fisik hingga usia enam puluh ke atas. Karena hal itulah usia enam puluh ke atas dijadikan sebagai usia pensiun di berbagai jurusan, sebagai tanda dimulainya usia lanjut (Hurlock, 2012). Pada saat lanjut usia terdapat berbagai permasalahan yang dihadapi oleh para lansia seperti terjadinya berbagai kemunduran fisik, psikologis, kognitif dan sebagainya yang tentu memerlukan penyesuaian bagi lansia untuk menjalani peran baru tersebut. Proses penyesuaian diri pada setiap lansiapun juga berlangsung secara berbeda- beda dalam menghadapi berbagai kemunduran diri serta masalah yang muncul dalam sehari- hari. Salah satu masalah yang cukup penting yang harus dihadapi lansia adalah kehilangan pasangan hidup. Kehilangan seseorang yang berharga dalam hidup lansia memerlukan suatu kesiapan dan penyesuaian diri guna menjalani kehidupan ke depan tanpa pasangan yang selama ini selalu menemani dan bersama. Berdasarkan pada berbagai masalah- masalah yang dihadapi oleh para lanjut usia khususnya ketika kehilangan pasangan karena

meninggal, maka diperlukan suatu kemampuan atau kapasitas individu dalam menghadapi dan mengatasi berbagai permasalahan serta penderitaan hidup secara positif sehingga individu dapat memandang permasalahan tersebut sebagai hal yang wajar yang dikenal dengan istilah resiliensi (Reivich & Shatte, 2002).

Ketahanan dalam ilmu psikologi positif disebut dengan istilah resiliensi (Yuniar dkk dalam Luthans, 2011). Resiliensi mengacu pada kemampuan atau kapasitas individu untuk bertahan dan bangkit kembali atau pulih guna memulihkan kebahagiaan setelah menghadapi kesulitan atau situasi yang tidak menyenangkan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan atau kapasitas yang dimiliki individu untuk mengatasi dan melakukan adaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Kemampuan tersebut meliputi kemampuan bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma yang dialami dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002).

Individu yang memiliki perilaku resilien diharapkan dapat menghadapi berbagai permasalahan atau kesulitan hidup secara wajar dan positif. Perilaku- perilaku resilien tersebut pada dasarnya adalah kemampuan-kemampuan positif yang berasal dari dalam diri individu sehingga akan membentuk individu menjadi pribadi yang tangguh dan dapat segera pulih kembali dari kejadian atau pengalaman sulit yang menimpa.

Menurut Reivich & Shatte (2002), individu yang resilien adalah individu yang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi (*emotion regulation*), optimis, memiliki empati, memiliki efikasi diri, memiliki kontrol terhadap impuls, kemampuan menganalisa masalah, dan pencapaian diri. Lansia yang memiliki karakteristik- karakteristik perilaku resilien diharapkan dapat menghadapi berbagai permasalahan hidup yang sulit ketika berada pada usia lanjut, salah satunya adalah kesiapan dan penyesuaian diri saat menghadapi kematian pasangan.

Karakteristik lansia yang berbeda- beda menghasilkan respon yang berbeda pula pada setiap lansia dalam menghadapi kematian pasangan. Kenyataan yang ada menunjukkan masih banyak lansia yang belum memiliki kesiapan atau antisipasi dalam menghadapi kematian pasangan. Middleton dkk (dalam Mancini & Bonanno, 2009) menyatakan bahwa individu yang mengalami stres atau tekanan akibat kehilangan seseorang yang dekat dalam hidup mereka beranggapan akan mengalami kesulitan hidup di masa depan. Secara tidak langsung hal ini menunjukkan bahwa perilaku resilien diperlukan guna menghadapi berbagai kesulitan hidup. Peneliti juga melakukan observasi dan wawancara terhadap empat lansia yang bertempat tinggal di daerah yang berbeda- beda dan telah berusia enam puluh tahun ke atas, yaitu lansia A, L, M, dan C yang telah kehilangan pasangan hidup. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, peneliti menemukan bahwa tiga dari empat lansia, yaitu lansia A,

M, dan C¹ memiliki karakteristik yang hampir sama ketika pasangan meninggal, yaitu merasa kehilangan dan sering merasa kesepian karena tidak ada teman untuk bertukar pendapat. Selain itu, ketiga lansia tersebut secara tidak langsung menggantikan peran suami yang telah meninggal terutama dalam hubungan kemasyarakatan di lingkungan masing- masing. Ketika menceritakan tentang kenangan dengan pasangan masing- masing ketiga lansia tersebut terlihat berkaca- kaca. Sedangkan lansia L² tidak terlalu mengalami perasaan kehilangan secara berlebihan karena merasa bahwa kematian suaminya adalah memang sudah waktunya dan lansia L sudah merasa ikhlas dengan kematian pasangan. Selain itu, lansia L juga terlihat kurang memiliki ikatan emosional yang cukup kuat dengan pasangan karena terlihat biasa saja dalam menghadapi kematian pasangan.

Dewasa ini sudah mulai banyak dilakukan penelitian mengenai resiliensi, baik di dalam negeri maupun di luar negeri. Akan tetapi, penelitian mengenai resiliensi yang fokus pada lansia belum terlalu banyak dilakukan. Penelitian yang dilakukan Luthans, (dalam Yuniar dkk, 2011) menyatakan bahwa resiliensi menjadi faktor yang sangat penting untuk dapat mengubah ancaman-ancaman yang ada di sekitar menjadi kesempatan untuk bertumbuh, berkembang, dan meningkatkan kemampuan untuk beradaptasi demi perubahan ke arah yang baik. Penelitian lain juga

¹ Pengambilan data awal terhadap lansia A dilakukan di daerah Sukoharjo pada 27 Januari 2013, lansia M di daerah Surakarta pada 6 Maret 2013, dan lansia C di daerah Kartasura pada 15 Maret 2013.

² Pengambilan data terhadap lansia L dilakukan di daerah Colomadu pada 2 Maret 2013

dilakukan oleh Moneerat, dkk (2011) yang meneliti tentang struktur konsep resiliensi pada lansia Thailand yang mengambil sampel dari empat provinsi di Thailand, mewakili masing- masing wilayah di Thailand. Penelitian dilakukan terhadap 14 lansia berusia antara 62- 82 tahun yang mengalami tantangan keras dalam hidup seperti kehilangan rumah dan memiliki penyakit kronis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi adalah bentuk adaptasi sukses dalam menghadapi kesulitan besar dalam kehidupan seperti kemiskinan, penyakit, trauma masa lalu, dan kehilangan orang terdekat. Lebih lanjut dijelaskan bahwa resiliensi disebut sebagai kualitas pribadi yang memungkinkan lansia untuk berkembang dan bertahan di tengah- tengah kesulitan. Penelitian agak berbeda dilakukan oleh Zeng & Shen (2010) yang meneliti mengenai resiliensi yang berhubungan dengan usia panjang (*longevity*) pada lansia yang menghasilkan bahwa perilaku resilien memiliki kontribusi yang signifikan terhadap usia panjang (*longevity*) pada lansia. Temuan ini mengindikasikan bahwa program-program untuk mempromosikan resiliensi dapat dijadikan sebagai efek positif terhadap kesejahteraan bagi para lansia dan keluarga mereka. Rinaldi (2010) yang meneliti tentang resiliensi pada masyarakat kota Padang ditinjau dari jenis kelamin menunjukkan bahwa laki- laki memiliki resiliensi yang lebih tinggi daripada perempuan. Penelitian ini didasarkan pada wilayah kota Padang yang berada di daerah subduksi (rentan dengan terjadinya bencana gempa bumi dan tsunami) sehingga dalam menghadapi pengalaman trauma tersebut diperlukan suatu kesiapan diri dalam menghadapi bencana.

Penelitian lain yang membahas mengenai kehilangan pasangan hidup juga dilakukan oleh berbagai ahli. Hal ini dikarenakan kehilangan pasangan hidup merupakan salah satu sumber penyebab terjadinya stress dalam kehidupan lanjut usia (Santrock, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh D'Epinay dkk (2003) menyatakan bahwa kematian dari orang terdekat (pasangan, saudara, atau teman) tidak berdampak pada fungsi kesehatan fisik pada lansia, akan tetapi kehilangan orang terdekat lebih diasosiasikan sebagai simptom depresi dari kemampuan untuk bertahan akibat kesepian. Selain itu, Mandasari (2007) yang meneliti mengenai perbedaan *loneliness* pada pria dan wanita lanjut usia setelah kematian pasangan menunjukkan bahwa wanita lanjut usia memiliki tingkat *loneliness* yang lebih tinggi daripada laki- laki lanjut usia setelah kematian pasangan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa wanita lanjut usia memerlukan dukungan yang lebih dari orang- orang di sekitarnya seperti anak, kerabat, atau saudara ketika pasangan mereka telah meninggal. Selanjutnya, penelitian Solichatun (2008), yang mengurai emosi positif dan resiliensi pada kehidupan wanita lanjut usia tanpa pasangan menemukan bahwa masa janda merupakan masa yang dapat dipersembahkan untuk mengembangkan kebutuhan- kebutuhan personal seperti penemuan diri, pembaharuan diri, dan refleksi. Wanita pada masa janda dapat mengalami pertumbuhan personal karena ia mengetahui bahwa ia tak harus bergantung pada orang lain untuk bertahan dalam melewati kehidupan sehari- hari. Dengan adanya emosi positif yang

dihadirkan melalui humor serta agama sebagai sesuatu yang dapat memberikan sumber makna terbesar dalam memaknai berbagai pengalaman hidup dapat dijadikan sebagai bentuk pengatasan masalah termasuk pengalaman- pengalaman yang menyakitkan, maka resiliensi pada wanita yang kehilangan pasangan hidup akan dapat diwujudkan.

Berdasarkan uraian dan fenomena yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana resiliensi pada lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya? Maka, berdasarkan rumusan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Resiliensi pada Lansia yang ditinggal Mati Pasangan Hidupnya”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan resiliensi pada lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang peneliti harapkan dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Lansia

Memberi informasi kepada para lansia tentang resiliensi sehingga dapat mengembangkan perilaku- perilaku resilien dalam menghadapi berbagai permasalahan dan kesulitan hidup khususnya karena kematian pasangan.

2. Bagi Masyarakat

Sebagai salah satu masukan bagi masyarakat mengenai resiliensi sehingga dapat mengembangkan perilaku resilien ketika menghadapi masalah hidup yang berat dalam kehidupan.

3. Bagi peneliti lain

Sebagai salah satu sumber referensi untuk melakukan dan mengembangkan penelitian lain yang sejenis mengenai resiliensi pada lansia.

4. Bagi Ilmu Psikologi

Menambah wawasan dan khasanah ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi perkembangan.