

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Usia lanjut adalah suatu proses yang alami yang tidak dapat dihindari oleh manusia. Lansia ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan kehidupan seksual. Gejala-gejala kemunduran fisik seperti merasa cepat capek, stamina menurun, badan menjadi membongkok, kulit keriput, rambut memutih, gigi mulai rontok, fungsi pancaindra menurun, dan pengapuran pada tulang rawan (Maramis, 2016). Sedangkan menurut Bustan (2007) perubahan mental-emosional yaitu daya ingat menurun, sering lupa, emosi berubah, sering marah-marah, rasa harga diri tinggi, dan mudah tersinggung. Selain perubahan – perubahan yang bersifat negatif diatas lansia juga mengalami perubahan yang bersifat positif seperti yang dijelaskan oleh Bastaman (2017) bahwa lansia selalu berusaha meningkatkan iman dan takwanya kepada tuhan, lansia mampu hidup mandiri dan tidak terlalu tergantung pada keluarga. Selain itu lansia juga dapat menjalin hubungan tetap rukun dengan pasangan, anak-anak, kerabat dekatnya dan lansia memiliki teman dilingkungan untuk berkomunikasi dan bergaul.

Lanjut usia (Lansia) merupakan proses yang akan dialami setiap individu dan tidak dapat dihindarkan. Tahap penuaan yang akan terjadi yaitu kemunduran yang akan dialami secara perlahan dan terus menerus. Adanya ciri fisik yang nampak terlihat pada lansia diantaranya daya tahan tubuh yang berkurang sehingga lansia merasa cepat lelah walaupun mengerjakan aktivitas yang tidak begitu berat, pada lansia juga mengalami keriput pada kulit serta berkurangnya

fungsi telinga dan mata kemudian rambut mulai menipis atau memutih (Mustari, Rachmawati, & Nugroho, 2015).

Selain adanya ciri fisik yang nampak terlihat pada lansia, lansia memiliki kematangan emosi yang cukup baik. Lansia mampu membuat dirinya sendiri menerima tanggung jawab akan perubahan dalam hidupnya daripada menganggapnya sebagai beban dan berusaha mencari pemecahan masalahnya dengan cara yang aman untuk diri dan lingkungannya serta dapat diterima secara sosial (Sari & Nuryoto, 2002). Artinya, dengan adanya kontrol diri yang baik pada lansia, mampu menjadikan lansia dapat berperan pada kehidupan sosial dan memiliki rasa tanggung jawab dengan lingkungan sekitarnya.

Pada penelitian sebelumnya mengenai janda lanjut usia yang tinggal sendiri di pedesaan menunjukkan bahwa sebagai satuan sosial, seorang wanita tanpa suami mampu mengontrol rumah tangga, namun berbeda halnya dengan laki-laki. Seorang laki-laki membutuhkan peran istri untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya baik kebutuhan fisik maupun biologis. Disisi lain, kebutuhan psikologis juga termasuk kedalam kebutuhan laki-laki. Adanya keinginan untuk selalu didukung dan merasa ingin disayangi serta perasaan sulit percaya dengan orang lain membuat sosok istri menjadi sangat berharga dimata laki-laki. Keadaan ini menunjukkan bahwa seorang laki-laki tidak dapat tinggal sendiri (Setianingrum, 2017).

Prosentase duda lansia dari tahun ke tahun adanya peningkatan, seperti pada tahun 2014 sebanyak 16.01% duda lansia dan mengalami peningkatan

kembali pada tahun 2015-2016 dengan presentase duda lansia sebanyak 16.54% dan 16.70% (Badan Pusat Statistik, 2015).

Telah diketahui pada prosentase tersebut mengalami peningkatan setiap tahunnya, sehingga keadaan tersebut mempengaruhi kerentanan terhadap ketidakbahagiaan dan memiliki serangkaian permasalahan. Adapun serangkaian permasalahan yang dialami oleh lansia yang tinggal sendiri antara lain adalah kesepian, perasaan tidak berguna, keinginan untuk cepat mati atau bunuh diri dan membutuhkan perhatian lebih. *Psychological happiness* pada lansia dapat memberikan dampak positif diantaranya lansia dapat menerima dirinya sendiri dan mampu bersikap positif. Apabila lansia tidak mengalami *psychological happiness*, yang akan terjadi adalah munculnya perasaan kesepian, stress hingga berujung pada depresi (Hakim & Hartati, 2014).

Duda lansia yang tinggal sendiri memiliki permasalahan khusus yaitu depresi. Depresi disebabkan karena kurangnya dukungan sosial keluarga yang diberikan pada lansia dalam aktivitas sehari-hari (Latue, Widodo & Widiani, 2017). Pada penelitian sebelumnya yang dilihat dari BPS mengenai hubungan *self efficacy* dengan *subjective well being* pada lansia yang tinggal di rumahnya sendiri memiliki presentase duda lansia yang tinggal di rumah sendiri sebanyak 54,7%, kemudian yang tinggal di rumah keluarga 44,4%, dan duda lansia yang tinggal di tempat lain seperti panti werdha dan rumah sakit hanya 0,9% saja (Lestari & Hartani, 2016).

Setiap makhluk hidup membutuhkan kebahagiaan termasuk pada duda lansia khususnya yang tinggal sendiri, sehingga mereka dapat memaknai hidupnya

yang berbeda-beda seperti yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian awal terhadap subjek berinisial P berjenis kelamin laki-laki berusia  $\pm 65$  tahun yang memiliki 3 orang anak dan bertempat tinggal di Surakarta seorang diri selama 3 tahun merasa bahagia tinggal sendiri. Subjek memenuhi kebutuhan dengan bekerja sebagai jagal sapi. Kegiatan sehari-hari subjek adalah memotong sapi dari pukul 03:00-06:00 WIB. Di luar waktu tersebut, dalam memaknai hidup yang tinggal sendiri, subjek menghabiskan waktu dengan menonton TV dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal tersebut membuat subjek merasa dapat lebih mandiri ketika tinggal sendiri. Dalam dukungan keluarga yang didapat subjek merasa mendapatkan perhatian terhadap dirinya. Dilihat dari data awal diatas bahwa lansia laki-laki yang tinggal sendiri mampu mengaktualisasikan diri dengan baik dan dapat bahagia dengan cara berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti mengajukan rumusan masalah yang hendak diangkat dalam penelitian ini yaitu apakah yang mempengaruhi kebahagiaan pada lansia yang tinggal sendiri? Mengacu pada rumusan masalah tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul: *Kebahagiaan Lansia Laki-laki yang Tinggal Sendiri di Surakarta.*

### **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, fokus pada penelitian ini adalah “bagaimana kebahagiaan lansia laki-laki yang tinggal sendiri di Surakarta?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti melakukan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebahagiaan yang mempengaruhi lansia laki-laki yang tinggal sendiri di Surakarta.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

#### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi pengetahuan bagi disiplin ilmu psikologi, khususnya bidang ilmu psikologi lansia.

#### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi para lansia, diharapkan memberikan informasi tentang tempat tinggal pada lansia yang mempengaruhi kebahagiaan di usia lanjut.
- b. Bagi keluarga diharapkan memberi perhatian terlebih dukungan sehingga mampu menjalani masa tua dengan bahagia.
- c. Bagi masyarakat, diharapkan memberikan dukungan sosial berupa interaksi sehingga para lansia merasakan pentingnya berkomunikasi.
- d. Bagi ilmuwan, Psikologi, diharapkan mampu menambah wawasan terutama dalam bidang Psikologi Lansia.
- e. Bagi para peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberikan informasi pengetahuan berupa referensi dan acuan pengembangan yang lebih baik lagi.