

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Konteks Penelitian

Lanjut usia adalah salah satu fase perkembangan yang dialami oleh manusia. Menurut UU RI No. 13 Tahun 1998 mengenai kesejahteraan lansia, lanjut usia (lansia) adalah dimana usia seseorang yang sudah memasuki usia 60 tahun ke atas yang terdiri dari lansia muda (usia 60-69 tahun), lansia madya (usia 70-79 tahun), dan lansia tua (usia 80 tahun ke atas).<sup>1</sup> Seseorang akan dianggap sebagai lansia jika sudah masuk pada usia tersebut. Lansia merupakan fase perkembangan manusia yang awalnya dari usia kanak-kanak, dewasa, tua, dan yang terakhir lanjut usia.

Proses menua termasuk sesuatu yang tidak dapat dihindari yang dialami oleh semua manusia. Seseorang ini akan mengalami perubahan yang signifikan diantaranya perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Dari proses perubahan tersebut mengakibatkan menurunnya produktifitasnya dalam hal sosial dan ekonomi. Hal tersebut jika dibiarkan menjadi masalah kepada kesehatan mental pada lansia sendiri.<sup>2</sup> Secara umum, berbagai perubahan yang dialami oleh lansia tersebut menunjukkan bahwa adanya proses penuaan yang dialami oleh lansia. Dengan memahami perubahan tersebut sangat penting untuk memberikan dukungan yang sesuai dari lingkungan sekitarnya, sehingga mereka dapat menikmati masa tua dengan kualitas hidup yang baik.

Proses penuaan penduduk (*ageing population*) adalah suatu fenomena global dan tidak dapat dihindari termasuk di Indonesia. *United Nations* (UN) menunjukkan

---

<sup>1</sup> Kemensos RI No 19, "Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia," 2012.

<sup>2</sup> K. Wisnusakti and A Sriati, *Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia* (Cv Azka Pustaka, 2021).

angka pertumbuhan yang signifikan yang diperkirakan akan meningkat menjadi dua kali lipat yaitu 1,5 miliar pada tahun 2050.<sup>3</sup> *Ageing population* merupakan dampak dari keberhasilan pembangunan, pembangunan yang dimaksud disini adalah pembangunan kesehatan yang dapat menurunkan angka harapan hidup. Secara global, disetiap negara di dunia telah mencatat peningkatan yang signifikan dalam angka harapan hidup sejak tahun 1950.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah lansia sekarang adalah sebesar 500 jiwa yang rata-rata usianya adalah 60 tahun ke atas. Indonesia tergolong dengan negara yang penduduknya adalah lanjut usia (lansia). Pada tahun 2015, jumlah penduduk yang usianya mencapai 60 tahun ke atas adalah 12,3% berdasarkan populasi global. Pada tahun 2050 jumlah tersebut diperkirakan naik sampai angka 22%. Indonesia bisa dikatakan sebagai negara dengan penduduk tua (*ageing population*) jika persentase lansia yang usianya 60 tahun ke atas adalah 10% atau lebih. Terdapat 10 provinsi di Indonesia dengan jumlah penduduk lansia yang persentasenya lebih dari 7% diantaranya adalah Jawa Barat, Jawa Timur, Jawa Tengah, Sulawesi Utara, Daerah Istimewa Yogyakarta, Sulawesi Barat, Lampung, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur.<sup>4</sup> Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa di Indonesia terjadi peningkatan jumlah lansia yang signifikan dan tidak dapat dihindari. Indonesia tergolong dengan negara yang penduduknya lanjut usia (lansia). Pertumbuhan tersebut dapat menimbulkan berbagai aspek dan tantangan kedepannya.

---

<sup>3</sup> United Nations, "World Population Ageing," Highlights, 2019, <https://www.un.org/development/desa/pd/content/world-population-ageing-2023>.

<sup>4</sup> Badan Pusat Statistik, "Statistik Penduduk Lanjut Usia," 2023.

Mengutip dari data World Health Organization (WHO), Indonesia akan mengalami peningkatan penduduk lansia yang signifikan pada tahun 2025 dengan perhitungan sebesar 41,4% dan Indonesia masuk dalam golongan peningkatan tertinggi di dunia.<sup>5</sup> Perserikatan Bangsa-bangsa memperkirakan bahwa pada tahun 2050, Indonesia akan memiliki sekitar 60 juta penduduk lanjut usia (lansia). Angka ini dipresentasikan dengan menempatkan Indonesia diperingkat ke-41 dalam jumlah populasi lansia terbanyak di dunia.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) Daerah Kabupaten Kediri tahun 2023, jumlah penduduk lansia sejumlah 148.455 jiwa dengan persentase sekitar 8,96%.<sup>6</sup> Sedangkan Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Kediri Kecamatan Purwoasri Dalam Angka 2024 jumlah lansia yang usianya 60-64 tahun sebanyak 3.426 jiwa, jumlah lansia yang usianya 65-69 tahun sebanyak 2.406 jiwa, jumlah lansia yang usianya 70-74 tahun sebanyak 1.564 jiwa, dan untuk lansia yang usianya 75+ sebanyak 2.402 jiwa.<sup>7</sup>

Lansia ini akan mengalami berbagai gangguan fungsi biologis dan perubahan psikologisnya yang dapat menimbulkan berbagai permasalahan baik sosial dan ekonomi. Perubahan fisik yang terjadi meliputi kulit yang menggendur, rambutnya beruban, perununan fungsi penglihatan, mudah lelah saat melakukan aktivitas, dan masalah kesehatan lainnya. Sementara itu, gangguan psikologis yang dialami dapat berupa perubahan emosi yang tidak stabil, perubahan gangguan daya ingat seperti pikun, dan lainnya. Dalam aspek sosial dan ekonominya, lansia sering kali menghadapi dampak dari pensiun yang berpengaruh pada kebutuhan finansialnya,

---

<sup>5</sup> Fredy Akbar, Rodhiyah Siti, and Sawitri Endang, "Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo," *Jurnal Ilmu Kesehatan* 17, no. 2 (2022): 393.

<sup>6</sup> Badan Pusat Statistik, "Statistik Daerah Kabupaten Kediri," 2023.

<sup>7</sup> Badan Pusat Statistik, "Kecamatan Purwoasri Dalam Angka 2024," 2023.

hilangnya status, terbatasnya relasi sosial, serta perubahan gaya hidup.<sup>8</sup> Semua perubahan ini secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi tingkat kebahagiaan lansia akibat tidak terpenuhinya kebutuhan dan menurunnya kualitas hidup. Kebahagiaan menjadi faktor penting dalam kehidupan pada setiap orang, termasuk pada lansia. Lansia sangat membutuhkan dukungan untuk menghadapi berbagai tantangan tersebut.

Dalam buku *Authentic Happiness*, dijelaskan bahwa kebahagiaan dapat diciptakan melalui pendekatan psikologi positif. Perilaku manusia tidak harus selalu dinilai berdasarkan seberapa banyak gangguan psikologis yang dialami, melainkan dari kemampuan individu untuk mengembangkan aspek-aspek positif dalam dirinya. Dengan demikian, seseorang dapat menghindari berbagai gangguan dan mencapai kebahagiaan.<sup>9</sup> Kebahagiaan menurut Seligman adalah kehidupan yang menyenangkan dengan meyakini apa yang kita pilih demi pilihan itu sendiri. Sedangkan tentang merasa senang merupakan cara kita memilih jalan hidup kita sendiri yang tujuannya untuk memaksimalkan perasaan yang kita miliki.<sup>10</sup> Kebahagiaan yang sering kali dicari tanpa disadari sebenarnya sangat dekat, bahkan terletak di dalam diri pada setiap individu. Kebahagiaan yang paling sederhana dapat dirasakan ketika individu saling berbagi kasih sayang serta menciptakan hubungan yang harmonis melalui kebersamaan. Kebahagiaan, kegembiraan, dan kasih sayang akan semakin erat jika semuanya dijalani dan dinikmati bersama.

---

<sup>8</sup> Lisa Andriani and Sugiharto, "Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas," *Jurnal Keperawatan BSI* 10, no. 2 (2022): 292.

<sup>9</sup> Iman Setiadi Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2016).

<sup>10</sup> Debi Angelina, Barus, and Maria Salvi Yunice, "Dukungan Sosial Terhadap Kebahagiaan Pada Lansia Di Uptd Panti Kesejahteraan Sosial Padu Wau," *Jurnal Adam: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3, no. 1 (2024): 90.

Kebahagiaan pada lansia adalah merujuk pada perasaan puas, sejahtera psikologisnya, dan perasaan gembira yang dialami oleh setiap individu yang telah memasuki lanjut usia (lansia).

Penunjang tingkat kebahagiaan adalah pemenuhan kebutuhan dasar dan kualitas hidup salah satunya adalah faktor tempat tinggal.<sup>11</sup> Dimana lansia itu dapat tinggal sendiri atau tinggal bersama keluarganya. Lansia yang tinggal sendiri cenderung berhadapan dengan tantangan isolasi sosialnya dan akan mempengaruhi kondisi psikologisnya terutama yang berkaitan dengan kebahagiaan mereka.

Menurut Rusminingsih Esri Dkk dalam penelitiannya pada tahun 2022 dengan judul *“Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Yang Tinggal Sendiri Di Desa Sukorini Manisrenggo”* menyimpulkan bahwa ada perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dengan lansia yang tinggal sendiri di desa Sukorini.<sup>12</sup> Bahwa lansia yang tinggal bersama keluarga kebutuhan sehari-harinya akan terpenuhi, juga mendapatkan dukungan dari keluarga. Lingkungan keluarga memiliki dampak besar terhadap kesehatan pada lansia. Sedangkan lansia yang tinggal sendiri, dirinya merasa nyaman tinggal dirumahnya, karena dekat dengan tetangganya. Mereka juga bebas berkegiatan di rumah, tempat tinggal mereka terletak dalam lingkungan yang tinggalnya berdekatan. Dengan tercapainya kesejahteraan lingkungan fisik yang akan mendukung para lansia memperoleh kualitas hidup yang maksimal. Dengan masing-masing 24 responden dilihat bahwa tinggal

---

<sup>11</sup> M. F. Ekasari, N. M. Riasmini, and T Hartini, *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi* (Wineka Media, 2019).

<sup>12</sup> E. Rusminingsih, R. Siti, and S Endang, “Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Yang Tinggal Sendiri Di Desa Sukorini Manisrenggo,” *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan* 17, no. 2 (2022): 101–4.

bersama keluarga Sebagian kualitas hidup lansia baik yaitu sebesar 79,2% dan tinggal sendiri kualitas hidup lansia baik yaitu sebesar 5,0%.<sup>13</sup>

Menurut Lisa Andriani dan Sugiharto dalam penelitiannya pada tahun 2022 dengan judul “*Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas*” menyimpulkan bahwa lansia yang tinggal di komunitas merasa lebih bahagia.<sup>14</sup> Hal tersebut kemungkinan terjadi karena lansia tinggal bersama dengan keluarga besar dan aktivitas sosial yang masih dapat dilakukan oleh para lansia. Berdasarkan hasil Analisa diperoleh data 83 responden (55%) merasa bahagia dan 68 responden (45%) merasa tidak bahagia.<sup>15</sup>

Menurut Nurul Hidayah Dkk dalam penelitiannya pada tahun 2024 yang berjudul “*Makna Kebahagiaan Lansia Yang Tinggal Sendirian Di Rumah*” menyimpulkan bahwa subyek meskipun lansia dan tinggal sendirian di rumah ternyata merasa berbahagia karena mereka dalam kondisi sehat, ada yang masih bisa mencari nafkah untuk kehidupan mereka, mempunyai teman sebaya dan aktif dalam kehidupan sosial.<sup>16</sup>

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lansia yang tinggal bersama keluarga cenderung lebih bahagia. Salah satu faktor utama yang memengaruhi kebahagiaan ini adalah hubungan sosial yang kuat, yang termasuk dukungan emosional, perhatian, motivasi, dan bantuan dari orang-orang terdekat, seperti

---

<sup>13</sup> E. Rusminingsih, R. Siti, and S Endang, “Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Yang Tinggal Sendiri Di Desa Sukorini Manisrenggo,” *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan* 17, no. 2 (2022): 101–4.

<sup>14</sup> Andriani and Sugiharto, “Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas,” *Jurnal Keperawatan BSI* 10, no. 2 (2022): 291–97.

<sup>15</sup> Lisa Andriani and Sugiharto, “Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas,” *Jurnal Keperawatan BSI* 10, no. 2 (2022): 292.

<sup>16</sup> Nurul Hidayah et al., “Makna Kebahagiaan Lansia Yang Tinggal Sendirian Di Rumah,” *Jurnal Sintesis: Penelitian Sains, Terapan Dan Analisisnya*, 2024.

keluarga dan sahabat. Hubungan sosial yang baik meningkatkan emosi positif, mengurangi perasaan kesepian, dan memperkuat kesejahteraan emosional lansia.

Selain itu, faktor lain yang berkontribusi pada kebahagiaan lansia, seperti yang dijelaskan dalam model PERMA, meliputi beberapa aspek yang saling melengkapi. Keterlibatan (*Engagement*) merujuk pada pengalaman lansia saat tenggelam dalam aktivitas yang bermakna, seperti berkebun, beribadah, atau mengasuh cucu, yang membuat mereka merasa fokus dan puas. Makna hidup (*Meaning*) mencakup sejauh mana lansia merasakan bahwa hidup mereka memiliki tujuan yang lebih besar, misalnya melalui kontribusi dalam keluarga atau komunitas yang memberi mereka rasa dihargai. Pencapaian (*Accomplishment*) mengacu pada keberhasilan yang dirasakan lansia, baik dalam hal kecil maupun besar, seperti berhasil menjaga kesehatan atau mencapai tujuan yang telah lama diidamkan.<sup>17</sup>

Lansia yang tinggal bersama keluarga cenderung memiliki lebih banyak kesempatan untuk membangun hubungan sosial (*Relationships*) yang hangat dan mendukung, yang memperkuat rasa keterikatan emosional dan mengurangi kesepian. Kombinasi dari emosi positif (*Positive Emotion*), keterlibatan aktif, hubungan sosial yang kuat, makna hidup yang jelas, serta pencapaian yang memuaskan, secara keseluruhan menciptakan tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan yang lebih menyeluruh.<sup>18</sup> Faktor-faktor ini saling mendukung dan memberikan fondasi psikologis yang kokoh bagi kebahagiaan lansia, yang jauh melampaui sekadar perasaan senang atau puas sesaat.

Desa Ketawang dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki populasi lansia yang relatif besar, dengan jumlah lansia yang tinggal sendiri maupun bersama

---

<sup>17</sup> S. Virlia, J. C. Widhigdo, and K. D Rahmawati, *Buku Ajar Psikologi Positif* (Universitas Ciputra, 2025).

<sup>18</sup> S. Virlia, J. C. Widhigdo, and K. D Rahmawati, *Buku Ajar Psikologi Positif* (Universitas Ciputra, 2025).

keluarga yang cukup seimbang. Selain itu, penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada komunitas atau panti jompo, sehingga penelitian di lingkungan keluarga di desa ini dapat memberikan perspektif yang berbeda. Hubungan antar anggota keluarga di Desa Ketawang juga masih terjalin dengan baik, serta didukung oleh komunitas seperti posyandu lansia, yang turut berkontribusi terhadap kesejahteraan dan kebahagiaan lansia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 Desember 2024, diketahui bahwa jumlah total lansia di Desa Ketawang sebanyak 95 jiwa. Terdiri dari 30 lansia yang tinggal sendiri dan 65 lansia yang tinggal bersama keluarga. Hasil wawancara dan observasi awal didapatkan bahwa 7 dari 10 lansia cenderung lebih bahagia jika tinggal bersama keluarganya dibandingkan dengan lansia yang tinggal sendiri. Beberapa lansia yang tinggal sendiri dan merasakan tantangan tersendiri. Lansia Siti Aiysah, misalnya, merasa rindu dengan anaknya yang merantau, tetapi ia berusaha untuk tetap mandiri. Lansia Gemi mengakui bahwa tinggal sendiri bisa sulit, terutama saat sakit, meskipun ia sudah terbiasa. Lansia Suprapti sebenarnya ingin tinggal bersama anaknya, tetapi karena anaknya sibuk bekerja di luar kota, ia harus menjalani hidup sendiri. Dari wawancara ini, terlihat bahwa lansia yang tinggal bersama keluarga cenderung merasa lebih bahagia karena adanya dukungan sosial, sedangkan lansia yang tinggal sendiri lebih rentan mengalami kesepian dan keterbatasan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari.

Sebagian besar lansia yang tinggal bersama keluarga merasa lebih bahagia karena mendapatkan perhatian dan dukungan dari anak-anak maupun cucu mereka. Lansia Marsinah bersyukur bisa tinggal dengan anak-anaknya karena selalu ada

yang menemani dan membantu saat ia membutuhkan sesuatu. Lansia Sumini juga merasakan hal yang sama, ia merasa tenang dan nyaman karena anak-anaknya sangat perhatian. Lansia Sumarni mengaku senang karena kehadiran cucu-cucunya yang selalu menghiburnya, sementara Lansia Jamini menilai bahwa tinggal bersama keluarga lebih baik karena ada yang merawat dan menemani. Lansia Asih pun merasa bersyukur masih bisa tinggal dengan anak-anaknya di usia tua. Lansia tambahan yang tinggal bersama keluarga, seperti Lansia Umi, awalnya merasa sedikit kesepian, terutama saat malam hari, tetapi ia tetap bisa menikmati waktunya dengan berkebun dan mengikuti pengajian. Lansia Supini juga merasa cukup bahagia karena sering berinteraksi dengan tetangga dan lingkungan sekitarnya.

Lansia yang tinggal bersama keluarga cenderung mendapat dukungan dari keluarga dan adanya rasa kasih sayang. Sedangkan untuk lansia yang tinggal sendiri merasa adanya perasaan kesepian dan kurangnya dukungan dalam pemenuhan kebutuhan dasar fisiologisnya dan adanya perasaan cemas karena jauh dari anak. Tetapi juga ada lansia yang mengisi waktu luangnya dengan selalu mengikuti pengajian bersama lingkungan sekitarnya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kebahagiaan pada lansia itu dapat dipengaruhi oleh faktor tempat tinggal tinggal mengenai dukungan sosial, hubungan interpersonal, dan yang lainnya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan fenomena menarik yang dilakukan oleh peneliti, penulis tertarik untuk meneliti terkait *“Perbedaan kebahagiaan pada lansia yang yang tinggal bersama keluarganya di Desa Ketawang Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri”*.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan konteks penelitian yang dijelaskan sebelumnya, fokus penelitian ini adalah “*Bagaimana perbedaan tingkat kebahagiaan pada lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga di desa Ketawang kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri?*”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan fokus penelitian yang dijelaskan sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan kebahagiaan pada lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga di desa Ketawang kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi lansia, dengan memberikan gambaran mengenai kebahagiaan lansia berdasarkan kondisi tempat tinggal mereka. Hasil penelitian ini dapat memperkaya wawasan dalam kajian psikologi lansia, terutama dalam memahami dinamika kesejahteraan emosional dan psikologis pada tahap lanjut usia. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi studi-studi selanjutnya yang berfokus pada kesejahteraan lansia serta mendukung pengembangan literatur akademik di bidang ini.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya hubungan sosial terhadap kebahagiaan.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mengenai peran keluarga dalam hal keajahteraan psikologis lansia.

c. Bagi Pemerintah dan Lembaga Sosial

Penelitian ini diharapkan memberikan dasar untuk mengembangkan kebijakan dan program yang mendukung kebahagiaan pada lansia.

### E. Penelitian Terdahulu

Terbatasnya literatur yang secara khusus membahas kebahagiaan lansia mendorong peneliti untuk mengidentifikasi beberapa referensi yang relevan dengan topik penelitian ini, sebagai berikut:

1. Jurnal “Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Yang Tinggal Sendiri Di Desa Sukorini Manisrenggo” oleh Rusminingsih Esri, Rodhiyah Siti, Sawitri Endang, Stikes Muhammadiyah Klaten, Jurnal Ilmu Kesehatan, Tahun 2022.

Jurnal penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian studi komparatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia di desa Sukorini Manisrenggo. Sampel penelitian yang digunakan adalah sebanyak 48 orang terdiri dari 24 orang yang tinggal bersama keluarga dan 24 orang tinggal sendiri. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner kualitas hidup *Word Health Organization of Life versi Bref (WHOOl-BREF)*. Hasil uji statistic

dengan Mann-Whitney U test menunjukkan bahwa nilai p value 0,037 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti ada perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dengan lansia yang tinggal sendiri di Desa Sukorini Manisrenggo.<sup>19</sup>

Jurnal ini memiliki persamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dibahas. Dalam hal persamaan penelitian ini sama-sama menggunakan metode kuantitatif dan sama-sama menganalisis perbedaan dalam kelompok yaitu lansia yang tinggal bersama keluarga dan lansia yang tinggal sendiri. Sedangkan untuk perbedaannya terletak pada fokus penelitian yang akan dibahas. Pada penelitian ini fokus pada kualitas hidup lansia, sedangkan pada penelitian yang akan dibahas fokus pada kebahagiaan pada lansia. Selain itu juga perbedaannya terletak pada tempat penelitian. Pada penelitian ini tempat penelitian berada di Desa Sukorini Manisrenggo, sedangkan untuk penelitian yang akan dibahas berada di Desa Ketawang Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri.

2. Jurnal “Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas” oleh Lisa Andriani dan Sugiharto, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Jurnal Jurnal Keperawatan BSI, Tahun 2022.

Jurnal penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Variabel yang dikaji meliputi karakteristik responden dan tingkat kebahagiaan pada lansia. Populasi penelitian ini seluruh lansia di Desa Bugangan Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan sebanyak 185 responden. Sampel

---

<sup>19</sup> E. Rusminingsih, R. Siti, and S Endang, “Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Yang Tinggal Sendiri Di Desa Sukorini Manisrenggo,” *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan* 17, no. 2 (2022): 101–4.

penelitian ini berjumlah 151 responden. Penelitian menggunakan kuesioner *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)*. Analisis yang digunakan adalah Analisa *univariat*. Hasil dari penelitian ini diperoleh 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.<sup>20</sup>

Jurnal ini memiliki persamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dibahas. Dalam hal persamaan, penelitian ini sama-sama mengukur tingkat kebahagiaan pada lansia. Kedua penelitian ini sama-sama mengkaji kebahagiaan lansia berdasarkan kondisi sosial. Sedangkan untuk perbedaannya terletak pada fokus masalah yang diteliti. Untuk penelitian sebelumnya hanya menggambarkan tingkat kebahagiaan lansia yang berfokus pada lansia yang tinggal di komunitas, sedangkan untuk penelitian yang akan dibahas menekankan perbandingan kebahagiaan antara dua kelompok lansia, yaitu lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. Metode penelitian pada penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif deskriptif karena hanya menggambarkan suatu kondisi, sedangkan untuk penelitian yang akan dibahas menggunakan metode penelitian kuantitatif komparatif karena berfokus untuk membandingkan antara dua kelompok yaitu lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. Pada penelitian sebelumnya tempat penelitian berada di Desa Bugangan Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan, sedangkan

---

<sup>20</sup> Lisa Andriani and Sugiharto, "Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas," *Jurnal Keperawatan BSI* 10, no. 2 (2022): 292.

untuk penelitian yang akan dibahas objek penelitian terletak di Desa Ketawang Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri.

3. Jurnal “Makna Kebahagiaan Lansia Yang Tinggal Sendirian Di Rumah” oleh Nurul Hidayah, Septia Purwandani, Rizky Aulia Fitriana, dan Indira Mustika Tandiono, Intitut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Jurnal Adiba: Journal Of Education, Tahun 2024.

Jurnal penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang dilakukan untuk memahami suatu fenomena dengan karakteristik yang hampir sama. Responden yang dilibatkan pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi pada 3 lansia di RT 01, RW 10, Kelurahan Sanan Wetan, Kecamatan Sanan Wetan, Kota Blitar, Provinsi Jawa Timur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subyek meskipun lansia dan tinggal sendirian di rumah ternyata merasa berbahagia karena mereka dalam kondisi sehat, ada yang masih bisa mencari nafkah untuk kehidupan mereka, mempunyai teman sebaya dan aktif dalam kehidupan sosial.<sup>21</sup>

Jurnal ini memiliki persamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dibahas. Dalam hal persamaan, keduanya membahas mengenai kebahagiaan pada lansia, objek penelitian sama-sama berfokus pada lansia, selain itu persamaannya terletak pada faktor yang mempengaruhi kebahagiaan lansia dengan menganalisis lingkungan tempat tinggal (tinggal sendiri atau tinggal bersama keluarga). Sedangkan untuk perbedaannya

---

<sup>21</sup> Nurul Hidayah et al., “Makna Kebahagiaan Lansia Yang Tinggal Sendirian Di Rumah,” *Jurnal Sintesis: Penelitian Sains, Terapan Dan Analisisnya*, 2024.

sendiri adalah tujuan penelitian, pada penelitian ini tujuannya adalah memahami makna kebahagiaan secara subjektif pada lansia yang tinggal sendiri, sedangkan untuk penelitian yang akan dibahas tujuannya adalah membandingkan tingkat kebahagiaan lansia pada kelompok yaitu lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. Metode penelitian pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif sedangkan untuk penelitian yang akan dibahas menggunakan metode kuantitatif. Pada penelitian ini tempat penelitian berada di RT 01, RW 10, Kelurahan Sanan Wetan, Kecamatan Sanan Wetan, Kota Blitar, Provinsi Jawa Timur, sedangkan pada penelitian yang akan dibahas bertempat di Desa Ketawang Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri.

4. Jurnal “Pemaafan dan Kebahagiaan Pada lansia” oleh Putri Pusvita Sari, Arini Mifti Jayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Jurnal Psikologi Insight, Tahun 2020.

Jurnal ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian ini menggunakan dua buah skala, yaitu : skala pemaafan (10 item) dan skala kebahagiaan (20 item). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi Product Moment dari Pearson. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah 30 orang para lansia yang tinggal di panti wredha Abiyoso Pakem, Yogyakarta. Hasil menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemaafan dengan kebahagiaan para lansia yang tinggal di panti Wredha Abiyoso Pakem, Yogyakarta.

Jurnal ini memiliki persamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dibahas. Dalam hal persamaan, keduanya membahas kebahagiaan pada lansia dengan fokus aspek lingkungan atau kondisi tempat tinggal. Subjek penelitian sama-sama melibatkan lansia sebagai subjek utama. Tujuan penelitian keduanya fokus untuk menganalisis kebahagiaan pada lansia. Metode penelitian sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Sedangkan untuk perbedaannya terletak pada fokus penelitian, pada penelitian ini berfokus pada lansia yang tinggal sendiri sedangkan pada penelitian yang akan dibahas berfokus pada 2 kelompok yaitu lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. Pada penelitian ini tempat penelitian berada di panti wredha Abiyoso Pakem, Yogyakarta, sedangkan pada penelitian yang akan dibahas bertempat di Desa Ketawang Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri.<sup>22</sup>

5. Jurnal “Tingkat Kebahagiaan Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Jambangan Surabaya” oleh Maria Manungkalit dan Ni Putu Wulan Purnama Sari, Universitas katolik Widya Mandala Surabaya, Manuju: Malahayati Nursing Journal, Tahun 2022.

Jurnal ini menggunakan metode penelitian kuantitatif Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi adalah seluruh lansia yang tinggal di panti werdha Jambangan di Surabaya. Total sampling diterapkan dalam penelitian ini. Besar sampel 150 orang. Variabel independen adalah tingkat kebahagiaan yang diukur dengan instrumen OHQ, sedangkan variabel dependen adalah kualitas hidup yang diukur dengan instrumen OPQOL. Uji

---

<sup>22</sup> P. Pusvitasari and A. M. Jayanti, “Pemaafan Dan Kebahagiaan Pada Lansia,” *Jurnal Psikologi Insight* 4, no. 1 (2020).

statistik yang digunakan adalah uji korelasi Rank Spearman ( $\alpha < 0,05$ ). Hasil 49,4% responden adalah lansia usia tua (75-90 tahun), 52% responden adalah laki-laki, tingkat pendidikan sebanyak 69,46%, 51,4% responden adalah janda/duda dan kebanyakan memiliki kedekatan dengan anaknya sebanyak 54,35%. 38% responden memiliki riwayat pekerjaan sebagai pegawai swasta. Sebagian besar memiliki tingkat kebahagiaan yang sedang (47,3%) namun kualitas hidupnya tinggi (68,7%). Ada hubungan yang cukup kuat dan signifikan antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti werdha ( $Rho=0,456$ ;  $p=0,000$ ). Terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup pada lansia yang tinggal di panti.<sup>23</sup>

Jurnal ini memiliki persamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dibahas. Dalam hal persamaan, keduanya membahas mengenai kebahagiaan lansia sebagai fokus utamanya. Selain itu persamaannya adalah kedua mengkaji bagaimana lingkungan sosial mempengaruhi kondisi kebahagiaan atau kualitas hidup lansia. Pada subjek penelitian keduanya sama-sama mengambil lansia sebagai subjek utama dan fokus observasi sama-sama dari faktor lingkungan yaitu faktor tempat tinggal. Sedangkan perbedaannya terletak pada fokus penelitian, pada penelitian ini fokus pada hubungan antara tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup lansia di lingkungan Panti Werdha, sedangkan pada penelitian yang akan dibahas yaitu membandingkan tingkat kebahagiaan antara dua kelompok lansia

---

<sup>23</sup> M. Manungkalit and N. P. W. P Sari, "Tingkat Kebahagiaan Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Jambangan Surabaya. Tingkat Kebahagiaan Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Jambangan Surabaya" (Widya Mandala Surabaya Catholic University, 2022).

berdasarkan kondisi tempat tinggal yaitu lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. dalam hal konteks penelitiannya, pada penelitian ini berfokus pada kehidupan lansia di Panti Werdha yang mencerminkan kehidupan komunitas dengan layanan khusus. Sedangkan pada penelitian yang akan dibahas berfokus pada pengaruh konteks keluarga dan interaksi individu terhadap kebahagiaan.

## **F. DEFINISI OPERASIONAL**

Sugiyono menjelaskan bahwa definisi operasional adalah sebuah atribut, sifat, atau nilai dari obyek yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan peneliti tujuannya adalah dipelajari dan menghasilkan kesimpulan.<sup>24</sup> Definisi operasional adalah batasan dan cara pengukuran variabel yang akan diteliti, dengan kata-kata rumusan yang operasional sehingga dapat diukur. Definisi operasional dari variabel yang dibahas dalam penelitian ini adalah variabel kebahagiaan.

Kebahagiaan lansia dapat dipahami melalui pendekatan model PERMA yang dikembangkan oleh Martin Seligman, yang menekankan lima elemen utama yang saling berhubungan: Emosi Positif, Keterlibatan, Hubungan Sosial, Makna Hidup, dan Pencapaian.<sup>25</sup> Seligman menjelaskan bahwa kebahagiaan bukan sekadar tentang menikmati emosi positif atau menghindari emosi negatif, tetapi lebih kepada pencapaian kesejahteraan yang lebih mendalam, yang terdiri dari elemen-elemen tersebut.

Emosi Positif merujuk pada perasaan bahagia dan puas yang dialami lansia, yang dapat berasal dari interaksi sosial, aktivitas yang menyenangkan, atau

---

<sup>24</sup> S. E. Nisma Iriani et al., *Metodologi Penelitian* (Rizmedia Pustaka Indonesia, 2022).

<sup>25</sup> S. Virilia, J. C. Widhigdo, and K. D Rahmawati, *Buku Ajar Psikologi Positif* (Universitas Ciputra, 2025).

kenangan indah dalam kehidupan mereka. Lansia yang tinggal dengan keluarga sering merasakan lebih banyak emosi positif melalui dukungan sosial yang kuat, sementara lansia yang tinggal sendirian mungkin mengalami tantangan dalam merasakan kebahagiaan yang konsisten, terutama jika mereka menghadapi kesepian.<sup>26</sup> Keterlibatan atau engagement menggambarkan tingkat keterlibatan seseorang dalam aktivitas yang mereka nikmati dan kuasai, seperti hobi atau aktivitas sosial. Lansia yang tinggal bersama keluarga sering lebih terlibat dalam aktivitas sehari-hari, sementara lansia yang tinggal sendiri mungkin merasa lebih terisolasi, tetapi bisa menemukan keterlibatan dalam kegiatan pribadi yang memberi rasa puas.<sup>27</sup>

Hubungan Sosial yang kuat, sebagai elemen ketiga, sangat penting dalam kebahagiaan lansia, dengan keluarga memberikan dukungan emosional dan interaksi sosial yang memperkaya hidup mereka. Lansia yang tinggal sendiri bisa merasa lebih terisolasi, tetapi mereka juga dapat membangun hubungan yang bermakna melalui komunitas atau teknologi. Makna Hidup, yang berhubungan dengan perasaan bahwa hidup memiliki tujuan yang lebih besar, sering kali ditemukan oleh lansia melalui peran mereka dalam keluarga atau kontribusi terhadap masyarakat. Lansia yang tinggal bersama keluarga mungkin merasakan makna melalui hubungan mereka dengan anak-anak atau cucu, sementara lansia yang tinggal sendiri dapat menemukan makna dalam kegiatan pribadi atau dalam memberi kontribusi kepada orang lain.

Pencapaian, elemen terakhir dalam PERMA, mengacu pada perasaan sukses dalam mencapai tujuan hidup. Lansia yang tinggal bersama keluarga mungkin

---

<sup>26</sup> S. Virilia, J. C. Widhigdo, and K. D Rahmawati, *Buku Ajar Psikologi Positif* (Universitas Ciputra, 2025).

<sup>27</sup> S. Virilia, J. C. Widhigdo, and K. D Rahmawati, *Buku Ajar Psikologi Positif* (Universitas Ciputra, 2025).

merasa puas dengan peran mereka dalam keluarga, sedangkan lansia yang tinggal sendiri mungkin lebih fokus pada pencapaian pribadi seperti merawat kesehatan atau mencapai tujuan hidup mereka. Menurut Seligman, kesejahteraan tidak hanya tercapai melalui pemenuhan kebutuhan dasar, tetapi melalui pengembangan dan penikmatan semua elemen ini dalam kehidupan sehari-hari.<sup>28</sup>

Dengan menggabungkan kelima elemen ini, model PERMA memberikan gambaran yang lebih holistik tentang kebahagiaan lansia, yang dipengaruhi oleh faktor sosial, psikologis, dan pencapaian pribadi, bukan hanya pemenuhan kebutuhan dasar. Seligman berpendapat bahwa kebahagiaan sejati terletak pada keseimbangan dan pengembangan terus-menerus dari kelima elemen ini, yang membentuk kesejahteraan psikologis yang lebih mendalam dan bertahan lama.

---

<sup>28</sup> S. Virlia, J. C. Widhigdo, and K. D Rahmawati, *Buku Ajar Psikologi Positif* (Universitas Ciputra, 2025).