

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Kebahagiaan merupakan suatu perasaan yang dapat dialami oleh semua orang. Setiap orang memperoleh kebahagiaan dengan cara yang berbeda-beda dan bentuk dari kebahagiaan orang yang satu dengan lainnya relatif berbeda pula hal ini dikarenakan cara pandang dan pengalaman tiap orang yang beragam. Kebahagiaan dapat di rasakan melalui hal-hal yang membuat seseorang merasa senang dan nyaman.¹ Menurut Richards tingkatan tertinggi dari tujuan hidup salah satunya adalah menjadi kaya dan bahagia. Kekayaan yang dimiliki individu akan membuat individu tersebut merasa memiliki segala yang diinginkan. Dengan terpenuhinya kebutuhan, maka tercapailah suatu kepuasan berupa kebahagiaan yang diharapkan. Kepuasan dan kedamaian dalam kehidupan di munculkan oleh kebahagiaan yang dirasakan oleh individu. Individu akan merasa lebih bahagia jika semakin banyak hal-hal yang dapat diraih serta semakin tinggi harapan dan kebutuhan individu tersebut.² Sedangkan menurut Yulia Woro Puspitorini menyatakan bahwa kebahagiaan adalah suatu keadaan perasaan atau pemikiran tentang kesenangan dan ketentraman hidup secara jasmani dan rohani yang memiliki makna untuk meningkatkan fungsi diri. Seseorang yang bahagia akan mengalami

¹ Harmaini dan Alma Yulianti, "Peristiwa-peristiwa yang Membuat Bahagia". *Psychopathic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, Juni 2014, Vol. 1 No.2, Hal : 109-119.

² Maharani, tingkat kebahagiaan., 1

ketenangan dalam hidupnya, sehingga merasa dirinya berharga, baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain.³

Pada dasarnya tak ada seorang pun yang tak ingin hidupnya bahagia dan sejahtera termasuk para lanjut usia. Kebahagiaan pada lanjut usia di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Muhammad Diponegoro dan Mulyono yang menunjukkan bahwa kebahagiaan lanjut usia dipengaruhi oleh 14 faktor yakni usia, budaya, penghasilan, agama, bersyukur kepada Tuhan, silaturahmi, sehat, aktivitas fisik, kualitas hidup, memaafkan, menikah, hubungan sosial, berhubungan baik dengan anak, cucu dan menantu serta berhubungan baik dengan saudara. Selain itu kebahagiaan lanjut usia juga dipengaruhi oleh 13 afek yaitu menolong atau memberi, merasa senang, tidak takut meninggal atau berserah diri kepada takdir di usia tua, sabar, bersemangat, santai, suasana tenang, sopan, ayem tentram, perhatian, tidak dendam, optimis, dan terakhir trenyuh.⁴

Lanjut usia adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindarkan oleh seseorang, sebab manusia sebagai makhluk hidup, umurnya terbatas oleh suatu peraturan alam. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua, dan masa tua merupakan masa hidup yang terakhir. Menurut Ilmu Gerontologi memasuki masa lanjut usia bukanlah suatu penyakit melainkan tahapan normal yang akan di alami oleh setiap orang dalam tahap perkembangan manusia itu sendiri dimana masa lanjut usia merupakan suatu masa dimana tahapan ini adalah

³ Deviana Maharani, "Tingkat Kebahagiaan (*Happiness*) Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta"(Skripsi, Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta, 2015), Hal. 1

⁴ Ahmad Muhammad Diponegoro dan Mulyono, "Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten", Psikopedagogia, 2015, Vol.4 , No.1

kelanjutan dari tahap usia dewasa.⁵ Pada umumnya indikasi seseorang dianggap memasuki kelompok lanjut usia di Indonesia terjadi pada usia 55 tahun. Sedangkan Organisasi Kesehatan Dunia atau W.H.O menilai usia 60 tahun adalah awal usia peralihan menuju ke arah segmen penduduk tua.⁶

Proses penuaan akan dialami oleh semua orang yang di karuniaai umur panjang. Proses penuaan ini akan terjadi pada seluruh bagian tubuh manusia yang menua tidak hanya terjadi pada bagian-bagian tertentu.⁷ Seperti pada organ otak dimana otak yang menjadi tua akan mengalami hilangnya berat sebesar 5 hingga 10 persen serta volume otak akan berkurang. Pada masa lanjut usia fungsi otak dan batang otak akan berjalan semakin lambat hal ini menyebabkan koordinasi fisik dan performa intelektual terpengaruh.⁸ Selain itu sel otak mengalami penurunan serta aliran darah ke otak juga semakin menurun yang menyebabkan penurunan daya ingat dan daya pikir seseorang sehingga para lanjut usia mengalami keadaan yang disebut pikun.⁹

Kemunduran fisik lainnya yang dialami oleh lanjut usia yaitu semakin menurunnya jumlah total air di dalam tubuh. Penurunan jumlah air dalam tubuh organ lanjut usia terjadi secara signifikan karena terdapat peningkatan pada jumlah sel mati yang digantikan oleh lemak. Selain itu pada masa lanjut usia perubahan fisik yang sering di alami adalah gangguan kesehatan gigi seperti

⁵ Namora Lumongga Lubis, *Psikologi Kespro "Wanita & Perkembangan Reproduksi"* Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi, (Jakarta: Kencana Prenanda Media Group, 2013), hlm. 56-57

⁶ Abednego Bangun, *Sehat dan Bugar Hingga Lansia*, (Bandung : Indonesia Publishing House, 2014) ,hlm.26

⁷ Lubis, *Psikologi Kespro.*,56-57

⁸ John W.Santrok, *Life-Sapan Development Edisi ketigabelas jilid 2* (Erlangga ,2011), hlm. 144

⁹ Bangun, *Sehat dan Bugar.*,57

kerusakan gusi, karies pada akar gigi dan tanggalnya beberapa gigi kondisi ini mengakibatkan para lanjut usia mengalami hambatan pada proses mengunyah.¹⁰

Seiring dengan pertambahan usia kemampuan indera penciuman dan perasa juga akan mengalami penurunan secara perlahan. Perubahan semacam ini terkadang tidak disadari oleh para lanjut usia. Pemicu penurunan kepekaan indera penciuman dan perasa adalah kurangnya zat gizi seperti seng, tembaga, nikel dan beberapa vitamin lainnya. Kondisi ini mengakibatkan selera makan menurun sehingga dapat menimbulkan kekurangan zat gizi. Menurunnya selera makan akan menyebabkan produksi asam lambung dan beberapa enzim pencernaan akan mengalami penurunan dan kondisi ini akan berpengaruh terhadap penyerapan vitamin dan kalsium dalam usus sehingga mengakibatkan timbulnya berbagai penyakit yang berhubungan dengan lambung dan usus.

Penyakit lain yang sering di alami oleh para lanjut usia adalah penyakit jantung dan penyempitan pembuluh darah yang bisa menyebabkan tekanan darah tinggi. Lalu organ ginjal juga sering mengalami kelainan akibat semakin menurunnya fungsi ginjal. Sistem endokrin juga mengalami kemunduran sehingga akan menimbulkan penyakit diabetes melitus. Pada lanjut usia gerakan usus akan lebih lambat dan cairan lambung untuk memproses makanan pun berkurang yang mengakibatkan penyerapan sari makanan oleh tubuh menurun. Selain itu kotoran keluar tanpa terkontrol. Fungsi sistem peredaran

¹⁰ Abednego Bangun, *Sehat dan Bugar Hingga Lansia*, (Bandung : Indonesia Publishing House, 2014) ,hlm.56

darah pun menurun, sehingga aliran darah ke hati berkurang. Akibatnya proses metabolisme makanan terganggu dan akhirnya tubuh menjadi lemah dan mudah terkena penyakit.¹¹ Kemunduran-kemunduran fisik yang terjadi pada lanjut usia menjadikan kebanyakan lanjut usia menganggap masa lanjut usia itu merupakan masa yang kurang menyenangkan dimana pada masa ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sampai tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari.¹²

Dalam kondisi fisik dan mental lanjut usia yang semakin hari semakin menurun sangat lah diperlukan pendampingan, asuhan dan kasih sayang terutama dari orang terdekat dalam hal ini keluarga terutama anak. Pada dasarnya setiap orangtua menginginkan di asuh oleh anaknya sendiri ketika mereka sudah memasuki masa lanjut usia. Mengasuh dan memberi kasih sayang kepada orangtua yang telah memasuki masa lanjut usia merupakan salah satu bentuk balas budi anak terhadap orangtua yang telah membesarkannya. Terutama pada orangtua wanita atau ibu. Secara biologis kodrat wanita adalah mendapat haid, hamil, melahirkan serta menyusui. Oleh karena itu kebanyakan anak lebih dekat dengan ibu karena budaya yang berkembang bahwa pengasuhan anak di bawah tanggungjawab ibu. Oleh karena itu kebanyakan ibu akan lebih emosional jika jauh dari anak karena di dalam masyarakat sudah berkembang bahwa wanita memiliki berbagai

¹¹ Abednego Bangun, *Sehat dan Bugar Hingga Lansia*, (Bandung : Indonesia Publishing House, 2014) ,hlm.56-57

¹² Namora, *Psikologi Kespro “Wanita & Perkembangan Reproduksi” Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi*,(Jakarta: Kencana Prenanda Media Group, 2013), hlm.56-57

stereotype salah satunya adalah emosional.¹³ Namun kebanyakan saat ini anak sibuk dengan pekerjaannya sehingga kurang dalam memberikan asuhan dan kasih sayang kepada orangtua. Namun fenomena yang terjadi saat ini adalah terdapatnya para lanjut usia yang tinggal di panti jompo atau pun pondok lansia baik mereka dikirim oleh keluarga maupun atas kemauannya sendiri.¹⁴

Pondok Lansia YPA NU An – Nuur adalah salah satu wadah bagi para lanjut usia yang didirikan oleh dr.Slamet. Pondok lansia ini memiliki keistimewaan tersendiri yaitu Pondok Lansia YPA NU An – Nuur merupakan satu-satunya pondok lansia yang ada di Kota Kediri. Pondok Lansia YPA NU An – Nuur ini berbeda dengan panti jompo karena bagi lanjut usia yang ingin tinggal di Pondok Lansia YPA NU An – Nuur harus memenuhi beberapa persyaratan salah satunya adalah lanjut usia diharuskan untuk mandiri. Mandiri dalam hal ini adalah lanjut usia mampu melakukan aktivitas sehari-harinya tanpa bantuan orang lain seperti mandi, makan, berjalan dan lainnya.

Di Pondok Lansia YPA NU An – Nuur mayoritas di huni oleh para lanjut usia wanita. Dimana dari mereka ada yang tinggal di pondok lansia karena di kirim oleh anak nya dan ada pula yang atas kemauannya sendiri. Berdasarkan wawancara singkat dengan salah satu lanjut usia wanita yang tinggal di Pondok Lansia YPA NU An-Nuur yang mendaftar menjadi santri pondok atas dasar kemauan sendiri yaitu Ibu Yatik, beliau mengatakan bahwa Bu Yatik merasa lebih nyaman dan enak tinggal di pondok lansia dikarenakan jika tinggal

¹³ Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan dalam berbagai Perspektif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), hlm.19

¹⁴ Observasi di Pondok Lansia YPA NU An-Nuur

bersama anaknya Ibu Yatik merasa lelah karena banyaknya aktivitas sehingga Bu Yatik merasa ibadah kepada Allah menjadi kurang.¹⁵

Aktivitas rutin yang dilakukan para lanjut usia di Pondok Lansia YPA NU An – Nuur adalah kegiatan-kegiatan yang mendekatkan diri para lanjut usia kepada Allah SWT. Kegiatan-kegiatan tersebut antara lain adalah mengaji, mengikuti siraman rohani atau kegiatan keagamaan di luar pondok, selain itu terdapat pula senam sehat untuk para lanjut usia. Jadi pondok lansia ini didirikan untuk memberikan kesempatan bagi para lanjut usia dalam menikmati masa tua dengan kegiatan yang mendekatkan diri kepada Allah SWT dan meninggalkan aktivitas lainnya.¹⁶

Berdasarkan pemaparan tentang realita para lanjut usia diatas apakah lanjut usia sudah merasakan kebahagiaan ? dan apakah para lanjut usia sudah merasakan kepuasan dalam hidupnya ? dari pertanyaan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Pondok Lansia YPA NU An – Nuur dengan judul “Kebahagiaan pada Lanjut Usia Wanita di Pondok Lansia YPA NU An Nuur”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan pemaparan konteks penelitian diatas fokus dari penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah:

1. Bagaimanakah gambaran kebahagiaan pada lanjut usia wanita di Pondok Lansia YPA NU An-Nuur ?

¹⁵ Wawancara singkat dengan ibu Yatik (Penghuni pondok lansia) pada hari sabtu 2 November 2019

¹⁶ Observasi dan wawancara dengan dr. Slamet pada hari sabtu 2 November 2019

2. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia wanita di Pondok Lansia YPA NU An-Nuur ?
3. Bagaimana dampak dari kegiatan pondok terhadap kebutuhan spiritual pada lanjut usia wanita di Pondok Lansia YPA NU An-Nuur ?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan fokus penelitian di atas, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk :

1. Mengambarkan kebahagiaan yang di rasakan pada lanjut usia wanita yang tinggal di Pondok Lansia YPA NU An – Nuur.
2. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia wanita di Pondok Lansia YPA NU An –Nuur.
3. Mengetahui dampak dari kegiatan pondok terhadap kebutuhan spiritual pada lanjut usia wanita di Pondok Lansia YPA NU An-Nuur

D. Kegunaan Penelitian

Suatu penelitian dilakukan dengan harapan dapat berguna bagi pembaca khususnya oleh karena itu pada penelitian kali ini terdapat dua kegunaan penelitian, antara lain :

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran untuk pengembangan ilmu khususnya pada bidang ilmu Psikologi khususnya terkait dengan kebahagiaan.

2. Kegunaan Praktis

Secara praktis penelitian kali ini akan bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan wawasan bagi keluarga lanjut usia dan masyarakat agar dapat menentukan sikap dalam menghadapi dan memenuhi kebutuhan lanjut usia serta menciptakan kebahagiaan bagi lanjut usia. Selain itu, hasil penelitian bermanfaat pula bagi konselor sebagai bahan pertimbangan dalam melaksanakan konseling gerontologi (konseling lanjut usia) untuk membantu lanjut usia dalam mencapai kebahagiaan.

E. Penelitian Terdahulu

1. Ahmad Muhammad dan Mulyono dengan judul “*Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten*” yang termuat di Psikopedagogia Jurnal Bimbingan dan Konseling 2015 Universitas Ahmad Dahlan Vol. 4, No.1. Penelitian ini berfokus untuk mengetahui faktor – faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia pada Suku Jawa di Klaten. Pada penelitian tersebut pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan studi fenomenologi, sedangkan teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi dan wawancara dengan 3 orang objek penelitian, dari penelitian tersebut menghasilkan 13 afek dan 14 faktor yang mempengaruhi kebahagiaan para lanjut usia.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti kali ini adalah pada penelitian tersebut membahas dan menggali hanya pada pada faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia saja sedangkan penelitian kali ini selain faktor juga memfokuskan tentang

bagaimana gambaran kebahagiaan para lanjut usia serta dampak dari materi-materi yang diberikan di pondok kepada para lanjut usia.

2. Rama Bahkruddinsyah dengan judul "*Makna Hidup dan Arti Kebahagiaan pada Lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda*", termuat di Psikoborneo : Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Mulawarman , 2016, 4 (4). Pada penelitian tersebut menggunakan metode penelittian kualitatif dengan pendekatan fenomenooigi. Teknik sampling dalam penelitian tersebut menggunakan purposive sampling dengan metode pengumpulan data observasi dan wawancara. sumber data pada penelitian tersebut adalah 8 orang lanjut usia di panti werdha dan 1 konselor sebagai informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 7 lanjut usia memiliki makna hidup positif yang dapat membawa lanjut usia tersebut menemukan arti kebahagiaan dalam kehidupannya di panti werdha itu.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan kali ini adalah pada penelitian tersebut berisi tentang bagaimana makna hidup dapat mempengaruhi arti kebahagiaan para lanjut usia. Pada penelitian tersebut didapati bahwa para lanjut usia memiliki makna hidup yang positif dimana hal tersebut dapat memunculkan kebahagiaan pada lanjut usia. Pada penelitian kali ini berisi tentang bagaimana para lanjut usia dapat mendapatkan kebahagiaan ketika mereka tinggal terpisah dengan anak dan keluarga, lebih lagi akan digali pula faktor-faktor kebahagiaan lanjut usia tersebut.

3. Ekawati dengan Judul "*Pengaruh Pengisian Waktu Luang terhadap Kebahagiaan Lanjut Usia*". Jurnal PKS Vool 12 No.1 Maret 2013, 45-61. Penelitian ini menggunakan tipe penelitian yang bersifat korelasional studies. Teknik pengambilan sample yang digunakan adalah purposive dengan responden sebanyak 30 orang lanjut usia. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah pedoman wawancara dan observasi. Sedangkan teknik analisisnya menggunakan teknik regresi. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh antara pengisian waktu luang terhadap kebahagiaan lanjut usia. Hal tersebut dapat dilihat dari besarnya sumbangan efektif variabel pengisian waktu luang terhadap variabel kebahagiaan lanjut usia yaitu sebesar 65,676%. Dari hasil tersebut menunjukkan pula bahwa masih ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi kebahagiaan selain pengisian waktu luang.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada penelitian tersebut lebih difokuskan pada variabel pengisi waktu luang sebagai salah satu faktor yang menciptakan kebahagiaan pada lanjut usia. Sedangkan penelitian kali ini akan menggali beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia, selain itu pada penelitian kali ini juga akan di perdalam tentang gambaran kebahagiaan lanjut usia.
4. Sofa Amalia, Miftakhul Ulfa dan Frengki Aprianto dengan jurnal yang berjudul "*Kebahagiaan Personal dan Dukungan Sosial pada Lansia: Studi pada Lansia di Komunitas Keluarga dan Panti Jompo*". Jurnal Ilmiah

Kesehatan Media Husada Volume 03/ Nomor 01/ Oktober 2014. Penelitian ini menggunakan dua sample yang berbeda yakni lansia di komunitas keluarga dan lansia di panti jompo. Dengan sample sebanyak 50 orang lansia di masing-masing tempat. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala dan kuesioner. Dari hasil penelitian di dapati bahwa pertama hasil uji beda tidak ada perbedaan pada kebahagiaan personal ($F= 0,373$ $p>0,05$) dan dukungan sosial ($F= 0,695$, $p>0,05$) pada lansia di komunitas keluarga dan panti jompo, yang kedua dari hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara kebahagiaan personal dan dukungan sosial pada lansia ($r=0,086$, $p>0,05$).

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada penelitian tersebut dibuat untuk mengetahui perbedaan dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan personal pada lansia serta hubungan antara dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan personal pada lansia. Sedangkan pada penelitian kali ini akan digali tentang gambaran kebahagiaan lanjut usia wanita serta faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan tersebut.

5. Miwa Patnani, M.Si.,Psi jurnal yang berjudul “*Kebahagiaan pada Perempuan*” yang termuat dalam jurnal psikogenesis Vol. 1 No 1 Desember 2012. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan subjek sebanyak 22 orang perempuan yang berumur 18-62 tahun di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *incidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan

kuesioner kebahagiaan dan kuesioner data demografi. Penelitian ini menghasilkan data yang menunjukkan bahwa sumber kebahagiaan pada perempuan yang terpenting adalah keluarga. Perempuan usia 30-39 memiliki tingkat kebahagiaan yang paling tinggi.

Perbedaan penelitian kali ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada penelitian tersebut didapati hasil bahwa keluarga menjadi sumber terpenting dalam menimbulkan kebahagiaan pada perempuan. Sedangkan dalam penelitian ini hal yang lebih dominan dalam membentuk kebahagiaan lanjut usia wanita adalah kegiatan religius.