

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bertambahnya usia sampai saat ini tidaklah dapat dihindarkan bagi tumbuh kembang manusia. Lansia sendiri mulai kehilangan pekerjaan, arah hidup, hilangnya teman, serta resiko terjangkitnya penyakit dan kesepian yang bisa menyebabkan terjadinya gangguan mental, sehingga timbulnya gangguan yang tidak bisa menerima keadaan dirinya sendiri (Rutia, 2017). Menjadi tua adalah suatu proses yang tidak dapat dihindari, Usia lanjut pasti akan dialami oleh semua individu yang dikaruniai umur panjang, terjadinya tidak dapat dihindari oleh siapapun. Istilah untuk individu yang memiliki usia lanjut belum ada yang baku. Ada yang menyebut manusia usia lanjut (Manula), manusia lanjut usia (Lansia), ada yang menyebut golongan lanjut umur (Glamur), usia lanjut (Usila), warga usia lanjut (Wulan), bahkan kalau di Inggris, biasa disebut dengan warga senior (Chandra, 2010).

Lansia merupakan individu yang telah mencapai umur 60 tahun ke atas dan memiliki tugas perkembangan sesuai dengan perubahan seiring dengan bertambahnya usia, lansia dengan kehidupan yang baik akan memiliki harapan terhadap dirinya untuk selalu menjadi lebih baik, mau

memprbaiki diri, serta memberikan manfaat pada lingkungan yang berhubungan dengan lingkungannya (Ninda, 2019). Penuaan adalah kondisi yang normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diperkirakan dan terjadi pada semua orang saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Lansia dalam penilaian banyak orang adalah manusia yang sudah tidak produktif lagi. Kondisi fisik rata-rata sudah menurun, sehingga dalam kondisi yang sudah rentan berbagai penyakit mudah menyerang mereka. Dengan demikian, di usia lanjut terkadang muncul semacam pemikiran bahwa mereka berada pada sisa-sisa umur menunggu datangnya kematian (Rahmah, 2013).

Berdasarkan data sensus tahun 2022 yang didapatkan dari seluruh perjalanan hidup lansia di Kabupaten Pasaman Kecamatan Lubuk Sikaping lebih kurang dari 3.092 lansia, dalam fase ini individu telah memiliki sejumlah pengalaman hidup dengan berbagai variasi dan pengalaman ini akan menjadi renungan dalam menjalani fase lansia. Sesungguhnya masa lansia dapat dijalani dengan sedemikian rupa sehingga mendatangkan kebahagiaan dan bukan sesuatu yang menakutkan. Namun dalam kenyataannya, banyak lansia di Kabupaten Pasaman ini yang menghadapi berbagai masalah, banyak cara yang dilakukan oleh para lansia dalam menikmati masa tua, diantaranya adalah menghabiskan waktu bersama anak dan cucu ataupun bersama suami/istri, melakukan kunjungan atau sekedar jalan-jalan ke suatu tempat, bekerja bahkan beberapa orang masih sempat melanjutkan studi, baik dijenjang magister,

maupun meningkatkan kemampuan pada suatu bidang tertentu. Namun lansia di Pasaman ini ada pula yang lebih banyak menghabiskan masa lansianya dirumah saja berdua bersama pasangan sembari mengenang hal-hal indah mereka pada jaman dulu. Tapi banyak juga lansia yang menghabiskan masa tua mereka hanya bersama anak dan cucu bahkan hanya sendiri dikarenakan pasangan mereka telah meninggal duluan serta anak dan cucu yang tinggal jauh dari rumah atau menghabiskan masa senja mereka di panti jompo, rumah lansia dan sejenisnya dikarenakan berbagai faktor diantaranya kesibukan anak dalam pekerjaan sehingga tidak punya waktu untuk merawat namun beberapa dikarenakan keinginan dari diri sendiri pada saat memasuki usia lanjut.

Penerimaan diri merupakan salah satu aspek penting yang harus ada pada seseorang. Seseorang yang memiliki penerimaan diri akan mampu mengaktualisasikan semua potensi yang dimilikinya. Adanya penerimaan diri akan sangat membantu individu untuk dapat berfungsi secara ideal sehingga individu dapat mengembangkan segala kemampuan dan potensi yang dimiliki dengan optimal (Akbar, 2013). Jadi, penerimaan diri adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, menerima keadaan diri, fakta, realitas, baik secara fisik maupun psikis dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada pada diri tanpa ada rasa kecewa dan berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin (Prasetya, 2017).

Penerimaan diri berhubungan dengan konsep diri yang positif, dimana dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Bahwa penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, serta memiliki kesadaran penuh terhadap siapa dan apa diri lansia selain itu dapat pula menghargai orang lain. Serta dapat menerima keadaan emosionalnya (depresi, marah, sedih, cemas dan lain-lain) tanpa mengganggu orang lain (Acocella, 2021).

Penerimaan diri menjadi persoalan dasar dan tantangan tersendiri bagi individu yang memasuki umur lanjut usia. Hal tersebut membuat individu dituntut untuk melakukan penerimaan diri, bila mengalami hambatan/ kesulitan dalam menghadapi perbedaan dan perubahan dari berbagai aspek kehidupan yang dihadapi individu lansia. Jika individu tersebut memiliki penerimaan diri yang baik maka lansia akan merasa senang dalam menjalani hidup (Sulistya, 2005).

Proses penerimaan diri ini tidak dapat lepas dari pemaknaan hidup seseorang terhadap dirinya. Kebermaknaan hidup akan sangat mempengaruhi proses penerimaan diri pada individu. Individu yang menerima dirinya adalah individu yang mengakui keadaan diri sebagaimana adanya. Hal ini tidak berarti menerima dirinya untuk mengenal dimana dan bagaimana dirinya saat ini, serta mempunyai keinginan terus mengembang dirinya. Tanpa penerimaan diri, seseorang hanya dapat membuat sedikit

atau tidak ada kemajuan sama sekali dalam suatu hubungan yang efektif (Rogres, 2010).

Menurut Kruger (2017) makna hidup merupakan suatu cara untuk gaya yang digunakan untuk menghadapi kehidupan agar menunjukkan eksistensi dan cara pendekatan individu terhadap kehidupan sendiri-sendiri berbeda-beda. Hidayat (2017) juga menjelaskan bahwa makna hidup merupakan suatu hal yang memberikan arti istimewa bagi seseorang apabila dapat dipenuhi akan membuat kehidupan yang dirasakan oleh individu menjadi lebih berarti serta berharga dan memunculkan perasaan bahagia.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan beberapa lansia pada tanggal 16 Desember 2022, didapatkan keterangan bahwa lansia yang sudah memasuki umur 70 tahun di Pasaman sangat sulit untuk berinteraksi dengan lingkungannya, hal ini membuat lansia tersebut merasa dirinya tidak berguna karena sudah tidak produktif seperti saat dia muda, lansia selalu merasa kesepian dan mengalami gelisah dikarenakan lingkungan yang tidak sesuai dengan tempat tinggalnya. Lansia tersebut sulit beradaptasi dengan lingkungannya saat memasuki usia 70 tahun, lansia juga mengatakan bahwa dia mengalami Perubahan yang membuatnya merasa tidak aman, takut, merasa penyakit selalu mengancam, sering bingung, panik, dan depresi.

Hal tersebut juga di dukung oleh pernyataan dari lansia perempuan yang berumur 67 tahun, dipatkan keterangan bahwa memang pada usia lansia sangat terbatas dalam mengekspresikan perasaan, sulit

berkomunikasi dan terlebih merasa diri tidak berdaya, sulit melakukan aktivitas seperti saat muda, dan merasa dirinya tidak berguna, individu tersebut merasa selalu kesepian tidak bisa pergi jauh lagi untuk menikmati hidup dan selalu berfikir bahwa kematian sudah dekat. Hal ini disebabkan oleh lansia yang tidak menerima keadaan fisiknya saat ini, dan selalu merasa bahwa dirinya tidak berguna, ingin kembali pada saat usia muda, dimana kondisi fisiknya masih produktif.

Dari keterangan diatas dapat kita ketahui bahwa salah satu faktor yang membentuk penerimaan diri yaitu makna hidup. Makna hidup sendiri memiliki arti berbeda-beda menurut pandangan dari masing-masing hidup. Makna hidup merupakan suatu hal yang sangat penting dan berharga yang memiliki nilai khusus bagi masing-masing individu dalam kehidupannya. Bahkan makna hidup dijadikan sebagai suatu tujuan yang jika berhasil terpenuhi maka individu tersebut berarti yang menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007).

Jika individu tidak berhasil menemukan dan memenuhi makna hidupnya, maka biasanya menimbulkan semacam frustrasi eksistensial, dimana individu merasa tidak mampu lagi dalam mengatasi masalah-masalah personalnya secara efisien, merasa hampa, tidak bersemangat dan tidak lagi memiliki tujuan hidup. Makna hidup tidak dapat diberikan oleh siapa pun, melainkan harus dicari, diselami dan ditemukan sendiri. Untuk menghadapi itu semua, kaum lansia membutuhkan kepercayaan hidup yang tinggi dan menemukan nilai-nilai yang berharga dari dirinya,

memberi makna pada setiap lembar-lembar kehidupannya, yang berfungsi sebagai tujuan hidup, dimana setiap individu memiliki makna dan tujuan hidup yang berbeda-beda. Dengan memaknai hidup maka otomatis individu tersebut dapat menerima keadaan dirinya dengan positif juga.

Hal ini menjadi permasalahan yang cukup kompleks pada kehidupan lansia, bahwa lansia akan mendapat kesulitan untuk menemukan makna hidup jika tidak memiliki penerimaan diri atas diri sendiri, namun jika lansia tersebut dapat menerima keadaan diri yaitu cara lansia tersebut memandang dan menilai dirinya baik secara fisik, motivasi, kelemahan, kepandaian dan kegagalan secara positif maka lansia akan dapat menemukan kehidupan yang bermakna.

Berdasarkan penelitian terdahulu tentang hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua lansia di pasaman barat, yang pernah dilakukan oleh Mahendra (2020) dengan judul “Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Lansia Di Medan Petisa ”menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua lansia di Medan petisa” Pada tahun 2017 oleh Setyawan dengan judul “Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Lansia Di Kota Malang” menunjukkan Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua lansia di Kota Malang. Haeruddin Pada tahun 2020 dengan judul “Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Orang Tua

Lansia Di Bandung. Pada tahun 2015 oleh Sechah dengan judul kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua lansia di Mata "DR. YAP" Yogyakarta. Menunjukkan hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua lansia di Bandung. Hal yang membedakan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah tempat penelitian, waktu penelitian, subjek penelitian dan tahun penelitian.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua lansia di Kecamatan Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua yang memasuki lansia di Kecamatan Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua yang memasuki lansia di Kecamatan Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi khususnya psikologi industry dan orgaanisasi yang berkaitan dengan variable kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua yang memasuki lansia di Kecamatan Lubuk Sikaping sehingga dapat memberikan manfaat bagi penelitian selanjutnya dengan variable terkait.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan dari hasil penelitian ini akan bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan diantaranya akademisi dan praktisi baik secara teoritis maupun empiris:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan sumbangan dalam penelitian psikologi terutama bidang psikologi perkembangan.
- b. Menambah keilmuan mengenai hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri orang tua yang memasuki lansia di Kecamatan Lubuk Sikaping.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi lansia mengenai pentingnya menciptakan dan

meningkatkan penerimaan diri demi kelangsungan hidup yang bahagia.

b. Bagi Keluarga .

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dan referensi bagi keluarga maupun masyarakat dalam upaya memenuhi kebutuhan fisiologis dan psikologis para lanjut usia sehingga lansia dapat menerima segala keadaan yang terjadi didalam diri atau sekitarnya dengan positif sehingga dapat menjalani kehidupannya dengan penuh makna.

c. Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau sebagai sumber referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai hubungan antara Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri.