

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lansia merupakan tingkat akhir dari suatu proses tumbuh kembang manusia selama hidup di dunia. Lansia biasanya ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh dalam berbagai macam aktivitas, perubahan fisik dan tingkah laku ini normal terjadi pada manusia yang mencapai tingkat perkembangan kronologis tertentu atau biasa disebut dengan lansia. Menurut Azizah (dalam Widya, 2016) beberapa perubahan fisik yang diasosiasikan dengan penuaan dapat terlihat jelas oleh seorang pengamat biasa. Kulit orang tua atau lansia cenderung lebih pucat, dan kurang elastis, hal ini dikarenakan lemak dan otot yang menyusut, maka kulit cenderung keriput. Tinggi tubuh pada lansia cenderung lebih pendek karena piringan antara tulang belakang mereka mengalami atrofi. Pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap. Proses penuaan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dicegah dan merupakan hal yang wajar dialami oleh orang yang diberi karunia umur panjang, dimana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, tenteram, serta menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang. Proses penuaan dalam diri tentunya akan tetap menimbulkan permasalahan baik secara fisik, biologis, mental maupun sosial ekonomi. Maka dari itu panti sosial tresna werdha memiliki peran penting dalam

meminimalisir akan adanya lansia yang terlantar akibat permasalahan yang timbul agar dapat memberikan ruang untuk melakukan interaksi sosial dengan lansia lainnya dan perawatan yang layak bagi lansia yang membutuhkan.

Menurut Kinsella & He (dalam Feldman, 2013) hampir 56 juta orang di seluruh dunia adalah individu berusia 65 tahun atau lebih tua. Pada tahun 2040, jumlah penduduk yang dapat dikelompokkan dalam usia ini diproyeksikan mencapai 1,3 miliar. Diperkirakan bahwa dalam waktu 10 tahun mendatang, orang berusia 65 tahun ke atas untuk pertama kalinya akan melebihi jumlah anak usia di bawah 5 tahun. Kenaikan paling cepat akan berada di Negara-negara berkembang. Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat dikaitkan dengan jumlah angka lansia yang berusia 65 tahun keatas di Indonesia yang mencapai angka 18.043.712 jiwa. Pertumbuhan jumlah lansia dari tahun ke tahun diprediksi akan mengalami peningkatan tajam. Pada tahun 2025, diprediksi jumlah lansia meningkat menjadi 40 jutaan jiwa, bahkan di tahun 2050 jumlah lansia diperkirakan akan menjadi 71,6 juta jiwa Menurut Proyeksi Badan Pusat Statistik (Utari dalam Parasari dan Lestari, 2015). Namun dengan peningkatan jumlah lansia yang semakin meninggi tidak diiringi dengan adanya fasilitas jaminan kesehatan dan dukungan sosial bagi para lansia.

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Bila seseorang

yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan, dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin (Hurlock, 2002). Seiring dengan bertambahnya usia, maka lansia akan mengalami proses degeneratif baik dari segi fisik maupun segi mental, menurunnya derajat kesehatan dan kemampuan fisik yang akan mengakibatkan lansia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar sehingga interaksi sosial menjadi menurun.

Sumiati (dalam Yuzefo dkk, 2015) menjelaskan bahwa menjalani lanjut usia yang bahagia dan sehat hanya dapat dicapai apabila lansia tersebut merasa sehat secara fisik, mental/spiritual dan sosial, merasa dibutuhkan, merasa dicintai, mempunyai harga diri serta dapat berpartisipasi dalam kehidupan. Dengan terpenuhinya kebutuhan tersebut, maka sudah selayaknya seorang lanjut usia memiliki kehidupan yang berkualitas. Menurut Hurlock (2002) Lansia cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk dari pada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kebahagiaan. Hal tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah yang nantinya akan mempengaruhi lansia dalam menilai dirinya sendiri. Oleh karena harga diri lansia sangat dipengaruhi oleh pola pikir yang positif dan lingkungan sekitar.

Kualitas hidup yang dipengaruhi oleh aspek sosial dan lingkungan berkaitan erat dengan tempat tinggal lansia. Pada umumnya lansia tinggal bersama dengan keluarga, namun tidak sedikit yang tinggal di panti jompo. Panti jompo merupakan

salah satu tempat penampungan para lansia. Panti jompo adalah salah satu bentuk kepedulian pemerintah kepada masyarakat yang telah berusia lanjut. Di banyak negara memasukkan lansia di panti jompo merupakan suatu gaya hidup, namun sebagai orang timur yang adat dan kebudayaannya masih kental, memelihara, menjaga dan merawat orang tua adalah suatu kewajiban menurut Yenni (dalam Widya, 2016).

Menurut Andini dan Supriyadi (2013) Keluarga merupakan tempat tinggal yang paling nyaman bagi para lansia. Keluarga juga merupakan *support system* utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Banyak diantara lansia yang berharap pada masa tuanya dapat hidup tenang dan bahagia bersama anak-anak dan cucunya. Namun pada kenyataannya, sebagian besar harapan lansia tidak terwujud. Kesulitan untuk mencapai harapan lansia untuk bahagia dikarenakan beberapa faktor seperti lansia akan diantarkan ke panti jompo karena berbagai alasan. Hal ini menjadikan tidak sedikit lansia yang berpikir negatif tentang keluarga yang menitipkan lansia ke panti jompo, sehingga hal tersebut membuat lansia akan memiliki harga diri yang rendah.

Manusia merupakan makhluk ciptaan tuhan yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya, karena manusia dibekali dengan berbagai kelebihan dibandingkan dengan makhluk lainnya, karena manusia dibekali dengan berbagai kelebihan dibanding makhluk lain, diberikan akal dan pikiran untuk berpikir secara logis maupun dinamis, dan mampu membatasi diri dengan perbuatan

yang patut atau tidak patut dilakukan, dan sebagai manusia bisa memilih perbuatan mana yang baik (positif) atau perbuatan buruk (negatif) untuk diri kita sendiri.

Lerner dan spanier (dalam Indriani, 2019) berpendapat bahwa harga diri adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Harga diri merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya dapat menghargai secara negatif. Harga diri merupakan suatu evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, sejauh mana individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, sukses dan berharga (Coopersmith dalam Candra, dkk 2016). Untuk menghindari harga diri yang rendah, lansia diharapkan dapat mempertahankan serta meningkatkan pikiran positif agar dapat melanjutkan kehidupan selanjutnya, karena harga diri merupakan salah satu aspek yang sangat penting dalam mencapai kesejahteraan psikologis lansia.

Harga diri juga dapat membantu lansia mampu membangun relasi dalam bersosialisasi dengan lingkungan baru di panti jompo. Dengan tetap berpikir positif kepada diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, maka lansia akan dapat melakukan penyesuaian yang baik di dalam panti, serta tidak menjauhkan diri dari pergaulan baru. Lansia diharapkan mempunyai harga diri yang baik sehingga mampu berpikir positif, bahwa tinggal di panti jompo bukanlah akhir dari segalanya dan bukanlah suatu hal yang buruk, sehingga lansia dapat menjalani kehidupan selanjutnya dengan lebih baik dan bahagia (Andini & Supriyadi, 2013).

Berpikir positif menjadi sangat berharga dan penting bagi lansia karena berpikir positif dapat membuat individu memusatkan perhatian pada hal-hal yang positif dari berbagai permasalahan yang dihadapi. Berpikir positif adalah upaya individu dalam mengatur perhatian terhadap sesuatu hal yang dipandang dengan perspektif yang baik dan bahasa yang positif dalam menunjukkan pikirannya. Individu yang berpikir positif akan mengarahkan pikiran-pikirannya ke hal-hal yang baik. Menurut Albrecht, dkk (dalam Anggraini, 2017). Berpikir positif merupakan keterampilan yang harus dipelajari dan diusahakan karena berpikir positif tidak datang dengan sendirinya. Lansia akan lebih mudah berpikir negatif daripada mempertahankan pola-pola pikir positif. Oleh karena itu, setiap lansia harus mengaktifkan kembali perhatiannya pada hal-hal positif untuk memperoleh manfaat yang positif.

Berpikir positif sangat dibutuhkan untuk menumbuhkan pengertian dan perasaan lansia bahwa keputusan yang diambil oleh keluarga saat membawa lansia ke panti jompo semata-mata untuk kebaikan lansia. Dimana lansia bisa berinteraksi dengan teman-teman sebaya serta dapat melakukan hal-hal yang menyenangkan, tidak hanya mengurus cucu atau pekerjaan rumah lainnya. Tobing (dalam Tentama, 2014) mengatakan berpikir positif dapat membuat seseorang menerima keadaan dirinya dengan besar hati sehingga berusaha untuk mencapai hidup yang lebih baik. Dengan demikian kemampuan individu untuk berpikir positif akan mempengaruhi tinggi rendahnya harga diri pada lansia. Lansia yang memiliki pemikiran positif yang baik memungkinkan memiliki keterbukaan untuk menerima saran dan ide dari orang

lain, dapat mengontrol emosi negatif ketika hal tersebut terlintas di pikiran mereka, mensyukuri apa yang dimiliki, tidak mendengarkan gosip yang tidak menentu, menggunakan bahasa lisan maupun bahasa tubuh yang positif dan tidak peduli pada citra diri.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada salah satu petugas di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih pada tanggal 28 Desember 2021, didapatkan informasi bahwa, ketika lansia ingin tetap aktif melakukan sesuatu dalam hal pekerjaan atau kegiatan apapun, namun dalam pandangan anak, lansia pada usia senja tidak seharusnya melakukan banyak kegiatan ataupun pekerjaan yang memberatkan lansia secara fisik maupun psikologis. Namun faktanya, lansia merasa bahwa dirinya tidak berguna dan tidak dibutuhkan lagi perannya akibat dari berkurangnya tenaga yang dimiliki lansia sehingga tidak menghasilkan pekerjaan yang maksimal, baik itu dalam segi fisik maupun finansial, lansia beranggapan bahwa dirinya tidak dipercaya lagi dalam melakukan banyak kegiatan, dan pada akhirnya keluarga lebih memilih untuk mengantarkan lansia ke panti jompo agar lansia dapat menikmati hari tua mereka dengan tenang.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada 3 orang lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih pada tanggal 13 Desember 2020, didapatkan informasi bahwa, ketika lansia diantarkan oleh keluarga ke panti jompo tanpa mempertanyakan keputusan lansia terlebih dahulu, lansia beranggapan bahwa dirinya sudah tidak diinginkan dan tidak berguna lagi dalam lingkungan keluarga, sehingga banyak dari mereka yang sulit menerima kenyataan bahwa lansia ditiptkan

di panti secara sepihak oleh keluarga membuat mereka berpikir bahwa mereka sudah tidak disayangi dan menjadi beban bagi keluarga, hal tersebut akhirnya mempengaruhi diri lansia untuk menutup diri dan susah berinteraksi dengan orang lain. Lansia yang diantarkan ke panti jompo akan merasa dirinya diasingkan oleh keluarga mereka sendiri dan beranggapan bahwa jika lansia terus tinggal bersama keluarga hanya akan menjadi pengganggu dalam keluarga sehingga membuat lansia mengembangkan perasaan rendah diri dan marah terhadap diri sendiri.

Penelitian mengenai berpikir positif dengan harga diri ini sebelumnya sudah pernah dilakukan oleh Ayu Sokowati Putri (2015) yang mengangkat penelitian tentang hubungan antara berpikir positif dengan harga diri pada mahasiswa skripsi fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Ayu Andini dan Supriadi (2013) meneliti hubungan antara berpikir positif dengan harga diri pada lansia yang tinggal di panti jompo Bali. Fika Rachmawati (2015) yang mengangkat penelitian tentang hubungan antara berpikir positif dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun. Dimas Sundami (2020) yang berjudul hubungan antara berpikir positif dengan penerimaan diri pada anggota persatuan penyandang disabilitas Indonesia (PPDI) Kota Padang. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada variabel penelitian, subjek penelitian dan tempat penelitian, serta tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan uraian yang dikemukakan pada latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Berpikir

Positif Dengan Harga Diri Pada Lansia yang Tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Kabupaten Padang Pariaman”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada konteks penelitian, maka peneliti merumuskan permasalahan yang relevan untuk diangkat dalam penelitian yaitu apakah terdapat hubungan antara berpikir positif dengan harga diri pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Kabupaten Padang Pariaman?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah ditentukan, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara berpikir positif dengan harga diri pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Kabupaten Padang Pariaman.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Dilihat dari aspek perkembangan ilmu (teoritis) penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan referensi di bidang ilmu Psikologi, terutama bagi perkembangan Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan terhadap subjek penelitian mengenai hubungan berpikir positif dengan harga diri.

b. Bagi Panti Sosial Tresna Werdha

Penelitian ini diharapkan agar pihak panti memperhatikan harga diri yang dimiliki para lansia. Serta dapat memberikan manfaat terhadap Panti mengenai berpikir positif dengan harga diri.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan ataupun perbandingan dengan memperhatikan variabel-variabel lain yang lebih mempengaruhi, dan menggunakan teori-teori terbaru dan berbeda, sehingga akan memberikan sumbangan dalam perkembangan ilmu dan pengetahuan baru.