

## Kesejahteraan Subjektif pada Lanjut Usia Terlantar

### *Subjective Well Being of Neglected Elderly*

Risna Khoirunnisa<sup>1</sup>, Nurchayati\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

#### ARTICLE INFO

##### **Article History**

Submitted:  
November 15<sup>th</sup>, 2022  
Final Revised:  
February 19<sup>th</sup>, 2023  
Accepted:  
February 20<sup>th</sup>, 2023

##### **Keywords:**

*Subjective well-being  
Elderly  
Neglect  
Retirement Home*

##### **Kata kunci:**

*Kesejahteraan Subjektif  
Keterlantaran  
Lanjut Usia  
Panti Werdha*



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya

#### ABSTRACT

*Neglect remains one of the problems confronting the elderly in retirement homes. Seniors in nursing homes differ in quality of life from their counterparts who live with their families. Using the case-study approach, this qualitative psychological research examines subjective well-being in three neglected persons, aged 60 or older, who lived at the Griya Wreda retirement home in Surabaya. Data were collected through semi-structured interviews with them. Thematic analysis was conducted on the interview data, whose validity was established through member checking and triangulated by interviewing the research subjects' significant others. This investigation revealed six core themes. The first of these is the decline of physical health. Second, all the three subjects interacted with nurses, fellow inmates, and family members in positive and negative manners. Third, they created meaning in their lives by examining their circumstances, past and present. Fourth, to some degree, life satisfaction was the product of activities and achievements. Fifth, the senior adults experienced both positive and negative emotions. Sixth, they relied on coping strategies to deal with day-to-day challenges. Based on their experience of marriage, past family life, as well as past achievement and current life experiences in the nursing home, it can be concluded that the three elderly respondents have fairly subjective well-being.*

#### ABSTRAK

Penelantaran adalah salah satu masalah bagi lanjut usia yang tinggal di panti wreda. Kualitas hidup lansia di panti wreda berbeda dengan lansia yang tinggal bersama dengan keluarga. Dengan menggunakan metode studi kasus, penelitian psikologi kualitatif ini mengkaji kesejahteraan subjektif lansia terlantar. Data diambil melalui wawancara semi-terstruktur. Responden penelitian ini adalah tiga manula terlantar berusia di atas 60 tahun dan bermukim di UPTD Griya Werdha, Surabaya. Data dianalisis dengan analisis tematik, diuji keabsahannya dengan *member checking* dan ditriangulasi melalui *significant others*. Riset ini mengungkap enam tema utama. Pertama, di panti jompo para responden mengalami berbagai masalah penurunan kondisi fisik. Kedua, para manula ini punya relasi sosial negatif atau positif dengan keluarga, teman dan perawat. Ketiga, mereka memaknai hidup mereka dengan mengevaluasi masa lalu dan kondisi sekarang. Keempat, kepuasan hidup mereka dipengaruhi pula oleh prestasi dan aktivitas diri. Kelima, emosi-emosi mereka

bersifat negatif dan positif. Keenam, para lansia ini menanggulangi masalah mereka dengan menerapkan strategi *coping*. Berdasarkan pengalaman pernikahan, kehidupan keluarga, dan juga capaian di masa lampau serta pengalaman hidup yang dijalani saat ini di panti, dapat disimpulkan bahwa ketiga responden lansia memiliki kesejahteraan subjektif cukup baik.

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Nurchayati melalui email: [nurchayati@unesa.ac.id](mailto:nurchayati@unesa.ac.id)

---

Penduduk Indonesia saat ini pada fase perpindahan menjadi negara berstruktur penduduk menua (*ageing population*). Pada tahun 2020, penduduk lansia adalah sekitar 9,92 persen dari total populasi atau berjumlah 26,82 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2020). Mengutip data proyeksi Badan Pusat Statistik (BPS), Menteri Kesehatan Republik Indonesia, dr. Kirana Pritasari, MQIH menyatakan bahwa pada tahun 2035, jumlah penduduk lansia akan mencapai 16,77 % dari total populasi (Rokom, 2021). Kondisi ini berpotensi menimbulkan beragam masalah. Jika lebih dari 10%, peningkatan populasi lansia di Indonesia akan menimbulkan masalah medis, sosial, ekonomi dan psikologis (Kemenkes, 2016). Data Departemen Sosial Republik Indonesia (Indarwati & Raharjo, 2014) mengkonfirmasi pendapat ini: penelantaran dan pengabaian manula oleh pihak keluarga serta sulitnya menghubungi keluarga yang tersisa adalah dua masalah yang melanda lansia Indonesia.

Di Indonesia, kasus penelantaran lansia oleh pihak keluarga cukup tinggi. Menurut data Badan Pusat Statistik (Badan Perencanaan Pembangunan Daerah, 2018), jumlah penduduk lanjut usia terlantar pada identifikasi PMKS (Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial) di Jawa Timur adalah sebesar 135.800 jiwa pada tahun 2015, sebesar 145.492 jiwa pada tahun 2016 dan sebesar 142.806 jiwa pada tahun 2017. Pada tahun 2017, jumlah lanjut usia terlantar di Kota Surabaya adalah 6.912 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2017); sedangkan pada tahun 2019, di Provinsi Jawa Timur terdapat 15.354 orang Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) dari total populasi sebesar 173.871 jiwa (Badan Pusat

Statistik, 2019). Jika lansia menunjukkan dua indikator ini—yaitu 1) berkehidupan kurang layak dalam aspek kemanusiaan dan 2) menderita masalah sosial seperti kemiskinan dan keterlantaran—maka mereka dikategorikan sebagai Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) (Sulastri & Humaedi, 2017).

Keterlantaran lansia disebabkan oleh pengabaian yang meliputi pengabaian fisik, emosional psikologis dan ekonomi (Hoover & Polson, 2014). Pengabaian fisik dapat berupa tindakan tidak memberikan makanan dan pengobatan. Riset Sijuwade (Ezalina et al., 2020) melaporkan bahwa keluarga melakukan pengabaian fisik atas lansia dengan cara tidak memeriksakan lansia ke pusat pelayanan kesehatan (48%) dan tidak menolong lansia (24%). Pengabaian emosional psikologis berbentuk tindakan seperti berbicara kasar dan mengancam menitipkan manula ke panti jompo (Friedman dalam Ezalina, 2019), Pengabaian atau penelantaran ekonomi atau finansial pada lansia mencakup perampasan dan tidak adanya pemenuhan fasilitas berupa benda berharga untuk lansia sebagai kepentingan pribadinya.

Ada empat faktor yang menyebabkan lansia terlantar, yaitu masalah keuangan, perpisahan permanen dengan pasangan akibat perceraian atau ditinggal mati, tiadanya anak dan kerabat dekat, dan keterpaksaan untuk tinggal di panti jompo karena masalah ekonomi dan kesehatan (Hadipranoto et al., 2020). Dalam banyak kasus, terlantarnya lansia adalah akibat dari penolakan oleh keluarga. Pihak keluarga menolak merawat lansia karena berbagai faktor seperti ketidakmampuan keluarga memberikan pelayanan, anggapan bahwa

lansia adalah beban keluarga, dan ketiadaan waktu bagi anak untuk merawat orang tua (Sulastrri dan Humaedi, 2017).

Menurut Sulastrri dan Humaedi (2017), keterlantaran di usia senja terjadi bukan saja pada warga miskin tetapi juga pada kalangan menengah ke atas. Di kalangan menengah ke atas, anak menelantarkan manula karena mereka tidak punya waktu lagi untuk mengurus orang tua atau menyewa perawat untuk orang tua, atau karena sang anak merasa malu merawat orang tua yang sudah ringkih secara fisik dan psikis.

Sebenarnya, sebagian besar orang lanjut usia tidak mau menderita dan menjadi beban bagi anak-anak mereka. Mereka cenderung ingin selalu dekat dan hidup bersama dengan orang yang mereka cintai. Penelantaran oleh keluarga berdampak negatif pada perkembangan psikis dan fisik lansia. Pengabaian fisik menyebabkan lansia menderita kekurangan gizi 10%-15%, sedangkan hidup sebatang kara berdampak psikis negatif seperti stress dan depresi akibat rasa kesepian (Singh et al., 2013). Tambahan lagi, penelantaran mengakibatkan lansia merasa tidak percaya diri, tidak berdaya, tergantung, dan terlantar.

Penelantaran juga memengaruhi kondisi afektif para lansia. Mereka merasa tidak dibutuhkan, kesepian, tidak berguna, tidak dicintai, tidak diperhatikan, tidak berharga dan menjadi beban bagi keluarga (Ezalina et al., 2020). Penelantaran membuat para lansia tidak bahagia dan gagal mengalami berbagai emosi positif. Pada gilirannya, kepuasan hidup mereka menurun dan mereka merasa terpukul.

Para manula perlu menjaga kondisi emosi positif agar mereka dapat mengalami kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*). Lansia sebagai individu dengan kondisi terlantar tetap memiliki kemampuan menjaga kesejahteraan subjektif dan menunjukkan karakteristik tertentu pada dirinya. Menurut Hurlock (Ramdani & Safitri, 2017) keadaan sejahtera dapat diartikan sebagai kondisi memiliki kebahagiaan dan kepuasan hidup dimana seseorang mampu terpenuhi kebutuhan akan

perasaan kegembiraan.

Kemampuan menjaga kesejahteraan subjektif yang dimiliki lansia sangat diperlukan karena dengan kemampuan ini lansia yang hidup dipanti akan mudah untuk menyesuaikan diri dan menikmati kehidupannya (Sasmita & Yulianti, 2013). Menurut Diener dan Tov (Hefferon & Boniwell, 2011) kesejahteraan subjektif adalah cara individu menilai diri dan pengalamannya berdasarkan respons kognitif dan emosional. Seorang lansia dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang baik jika ia mengalami kepuasan hidup, sering bergembira, berharga diri, merasa optimistis, tenang, diterima, dan terbuka, berhubungan positif dengan orang lain, serta meraih makna dan tujuan hidup (Karni, 2018). Sebaliknya, seorang manula dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif buruk jika dia tidak puas dengan hidupnya, jarang bergembira, jarang merasakan kasih sayang, dan lebih sering merasakan emosi negatif.

Kesejahteraan subjektif individu mengandung dua komponen utama. Komponen pertama adalah aspek kognitif, yang mencakup *domain satisfaction* (kepuasan ranah kehidupan) dan *life satisfaction* (kepuasan kehidupan). *Domain satisfaction* mengacu pada evaluasi individu tentang masing-masing ranah dalam hidupnya, seperti kesehatan fisik, kesehatan mental, pekerjaan, waktu luang, relasi sosial dan keluarga. Adapun *life satisfaction* merujuk pada pemahaman kognitif individu secara menyeluruh tentang diri sendiri dan kehidupan. *Life satisfaction* mencakup kepuasan tentang kehidupan secara global. Komponen kedua dari kesejahteraan subjektif individu adalah aspek afektif, yang mencakup *positive affect* dan *negative affect*. *Positive affect* mengacu pada emosi-emosi menyenangkan, sedangkan *negative affect* adalah berbagai perasaan yang tidak menyenangkan, seperti amarah dan kesedihan (Diener, 2006).

Kesejahteraan subjektif manula terlantar dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor demografis (usia, tingkat pendidikan, jenis kelamin, kesehatan dan status perkawinan), faktor-faktor budaya

(optimisme, dukungan sosial, adaptasi dan *coping*), kepribadian, relasi sosial dan kualitas hidup (Diener & Ryan, 2009). Argyle dkk (Karni, 2018) melaporkan bahwa kesejahteraan subjektif individu mencakup faktor-faktor seperti *self-esteem*, kebermaknaan hidup, pemahaman tentang arti dan tujuan hidup, dan relasi sosial yang positif. Jika mengalami pengabaian dan penelantaran oleh anggota keluarga (anak, suami atau kerabat), seorang lansia perlu mengembangkan kemampuan untuk mengendalikan diri dan memahami berbagai peristiwa kehidupan yang telah dan sedang dialaminya.

Kesejahteraan subjektif lansia berkaitan dengan relasi sosial, kesepian, interaksi sosial, dan kepuasan pada dukungan sosial (Sessiani, 2018). Tinggi-rendahnya kesejahteraan subjektif lansia dapat dilihat dari relasi sosial mereka dengan orang lain dan kemampuan mereka dalam beradaptasi pada lingkungan (Sasmita & Yulianti, 2013). Nunes, dkk (2016) menemukan adanya korelasi antara *coping* dan kesejahteraan subjektif pada lansia yang menerapkan sebuah pola evaluasi diri dan kehidupan yang memungkinkan mereka menanggulangi emosi negatif dan pengalaman yang tidak menyenangkan. Kemampuan bersyukur, bergembira dan menikmati kehidupan meski sedang dilanda masalah membuat lansia bisa mencapai kesejahteraan sosial dan kesejahteraan psikologis (Kosalina, 2018). Penelitian lain mengungkapkan bahwa para lansia yang hidup bersama dengan kerabat dekat (pasangan, anak atau saudara), memiliki tujuan hidup, dan bersyukur cenderung merasa bahagia, optimistis, dan puas dengan hidupnya (Rahmawati, 2020). Sebaliknya, beberapa studi mengindikasikan para lansia yang tinggal di panti jompo terancam oleh rasa kesepian (lihat, misalnya, lihat Vella & Yarni, 2021; Ginting, 2019). Hal ini tentunya dapat mengancam kesejahteraan subjektif lansia. Atas dasar kondisi ini, penelitian ini bermaksud mengkaji kesejahteraan subjektif pada lansia terlantar serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Berbeda halnya dengan penelitian terdahulu yang berfokus pada

salah satu gender dan juga lansia pada umumnya (lihat misalnya Ningtyas et al., 2018), penelitian ini berfokus pada lansia terlantar—laki-laki dan perempuan—yang tinggal di panti werdha. Dengan demikian, akan dapat diperoleh pengetahuan tentang faktor-faktor apa saja yang dapat membantu lansia terlantar dapat menikmati masa senja dengan sejahtera.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode riset kualitatif yang berupaya untuk menyingkapkan dan memahami dinamika dan makna sebuah persoalan psikososial dengan menganalisis bagaimana individu berinteraksi dengan diri, sesama dan dunianya (Herdiansyah, 2015). Secara khusus, kajian ini berpendekatan studi kasus instrumental. Menurut Denzim dan Licoln (Herdiansyah, 2015) studi kasus instrumental mengamati suatu kejadian, persoalan atau proses guna meraih pemahaman teoretis tentangnya. Hal ini dilakukan dengan mengeksplorasi peristiwa, isu, dan proses tersebut secara mendalam melalui analisis atas beberapa responden penelitian.

## Responden

Yang bertindak sebagai responden dalam penelitian ini adalah para manula terlantar yang tinggal di Unit Pelaksana Teknis Daerah (UPTD) Griya Werdha di Surabaya. Mereka dipilih berdasarkan kriteria berikut ini: berumur lebih dari 60 tahun, terabaikan oleh keluarga, berbadan cukup sehat, mampu berkomunikasi dengan golongan lansia mandiri dan bersedia menjadi responden. Peneliti berhasil menjaring tiga responden yang berusia di atas 60 tahun dan karena itu berada dalam kategori dewasa akhir, yaitu rentang usia 60 sampai 70-an tahun (Santrock, 2012).

Tabel 1. Identitas Responden

Nama	Jenis Kelamin	Usia	Alasan
IML	laki-laki	72 tahun	penolakan oleh keluarga
SRY	laki-Laki	70 tahun	tidak adanya keluarga
AMH	perempuan	72 tahun	tidak adanya keluarga

Para responden penelitian ini adalah IML (72 tahun), SRY (70 tahun) dan AMH (72 tahun). IML tinggal di Griya Werdha karena penolakan oleh keluarga. Ia tidak punya rumah sendiri dan hubungannya dengan anaknya tidak harmonis. Sementara itu, SRY terdampar di Griya Werdha karena pernikahannya kandas dan dia tidak punya keluarga. Adapun alasan AMH bermukim di Griya Werdha adalah karena setelah suami dan anaknya wafat, dia menjadi sebatang kara di Surabaya.

### Pengumpulan Data

Data untuk penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur yang bertujuan untuk menggali masalah riset sedalam mungkin dengan memfasilitasi responden untuk bebas dan terbuka dalam mengungkapkan diri, berbagi informasi, dan mengemukakan ide dan emosi. Wawancara semiterstruktur bersandar pada sebuah pedoman wawancara yang mengarahkan alur, kosa kata, susunan dan tujuan wawancara dalam rangka memberikan pemahaman atas persoalan riset (Herdiansyah, 2015). Dalam membangun *rapport* dengan para responden, peneliti berpartisipasi dalam berbagai kegiatan di Griya Werdha dan berbincang-bincang dengan para penghuninya. Pembangunan *rapport* dilakukan pada bulan Oktober 2021, sedangkan pengambilan data diadakan di akhir bulan November 2021 hingga awal Desember 2021, yaitu dengan melakukan wawancara para responden dan *significant others* mereka. Peneliti

melakukan wawancara dengan *significant other* dari ketiga responden, yaitu Bagus (perawat SO2 dan SO1), Suroso (teman SO1), dan Sri (teman SO3).

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analisis tematik*. Analisis tematik adalah metode untuk mengidentifikasi, menganalisis dan melaporkan tema (pola) pada seperangkat data (Creswell & Creswell, 2018). Analisis tematik disusun berdasarkan data hasil pernyataan responden dan temuan yang didapatkan berlandaskan komponen teori kesejahteraan subjektif milik Diener (Compton & Hoffman, 2013; Diener & Ryan, 2009). Menurut Creswell dan Creswell (2018), analisis tematik melibatkan beberapa langkah: mempersiapkan data (misalnya transkrip wawancara) untuk dianalisis, membaca data yang terjaring untuk merenungkan maknanya, melakukan *coding*, menggunakan proses *coding* sebagai hasil deskripsi untuk menghasilkan kode sebagai identifikasi tema, menyusun narasi sesuai dengan deskripsi dan tema (berupa diskusi, pembahasan terperinci, perspektif dan penyampaian informasi deskriptif), melakukan interpretasi dan membandingkan temuan-temuan peneliti sendiri dengan temuan-temuan dalam riset para peneliti lain yang terkait. Keabsahan data penelitian ini diuji dengan melakukan triangulasi data dan *member checking*. Triangulasi—yang berfungsi untuk memeriksa sumber data, menjustifikasinya secara akurat dan meningkatkan keabsahannya—dikerjakan dengan mewawancarai para *significant others* untuk memperoleh persepsi pembanding data (Creswell & Creswell, 2018).

### Hasil

Penelitian ini berhasil mengungkapkan tema-tema besar yang mencakup beberapa sub tema. Tema besar mencakup: permasalahan yang muncul,

hubungan sosial, pemaknaan hidup, evaluasi afektif pada emosi, kepuasan hidup dan strategi *coping*.

### **Tema: Penurunan Kondisi Fisik**

#### *Gangguan Kesehatan*

Perkembangan lanjut usia identik dengan permasalahan kesehatan dan menurunnya fungsi fisik. Kondisi ini akan mempengaruhi lansia dalam menjalankan aktivitas rutin sehari-hari. Para responden penelitian ini juga mengalami beragam gangguan dan penurunan fungsi fisik: nafas menjadi lebih pendek, badan linu, dan juga gatal-gatal di beberapa bagian tubuh. Gangguan kesehatan ini cukup mengganggu mereka dalam menjalankan aktivitas rutin mereka, seperti diungkapkan oleh salah satu responden:

“Jadi, saya ini kadang-kadang linu, kadang sakit buat jalan, sakit buat nekuk. Ini *gak* bisa sampai sekarang. Kalau sholat, saya duduk di atas, *gak* bisa duduk di bawah. Kalau duduk bawah bisa, tapi aku *nggelimpang*” (AMH).

Gangguan kesehatan dirasakan ketiga responden dan menghambat aktifitas keseharian mereka sehingga para lansia perlu melakukan penyesuaian diri atas kondisi tubuhnya saat ini dan bila perlu, juga perawatan medis.

#### *Gangguan Komunikasi*

Lansia seringkali mengalami gangguan pendengaran dan juga artikulasi. Gangguan ini mengakibatkan masalah komunikasi: gangguan artikulasi mengakibatkan maksud yang mereka sampaikan tidak bisa dipahami dengan baik oleh lawan bicara. Sebaliknya, gangguan pendengaran mengakibatkan mereka mengalami kesulitan untuk menangkap maksud sebenarnya dari lawan bicara. Hal ini pulalah yang dirasakan oleh para responden penelitian ini. Saat berkomunikasi dengan sesama lansia di panti, maksud yang mereka sampaikan tidak bisa dipahami dengan baik oleh lawan bicara. Merekapun

juga sering tidak paham apa yang disampaikan oleh lansia lain seperti yang dituturkan oleh AMH dan SRY:

“Sepintas saja ceritanya, [...]. Mbah-mbah di sini ya gitu: kadang ngomong *gak* jelas, *gak* paham sayane. Ya *wis*” (AMH)

Saya juga *gak* pernah cerita dulu saya kayak gimana. Kalau diajak cerita, paling ya *gak mudheng* (SRY)

Berdasarkan pemaparan di atas, tampak bahwa salah satu sumber permasalahan utama lansia adalah menurunnya fungsi-fungsi fisik akibat penuaan.

### **Tema: Hubungan Sosial**

#### *Hubungan dengan keluarga*

Kehidupan sebelum di panti, ketiga responden memiliki hubungan kurang baik dengan keluarga. Responden IML dan AMH misalnya, tidak akur dengan anak kandung yang berakhir pada percekocokan dan perselisihan. Perselisihan antara bapak-anak dan ibu-anak ini mengakibatkan mereka tersingkir dan tidak diterima kembali tinggal di rumah yang mereka huni dengan anak cucunya:

“Pas ditelpon, saya dimaki-maki sama anak saya, dibilang *gak* berguna, *gak* perlu balik ke Jember lagi. Terus, rumah udah *gak* mau nerima saya” (IML).

Di samping perselisihan dengan anak kandung, persoalan sosial yang dialami oleh responden adalah pengalaman buruk dalam pernikahan seperti yang dialami oleh responden IML dan SRY. Mereka berdua memiliki pengalaman pernikahan yang mengecewakan, yaitu perselingkuhan yang dilakukan pasangan. Pengalaman pernikahan yang buruk berdampak pada responden, yaitu perasaan tidak ingin menikah lagi dan tidak mau mengingat trauma pernikahan.

“istri saya tetiba hamil 3 bulan dan itu saya *gak* bisa ‘berdiri’ dan *ga* ada hubungan suami istri [...] saya merasa aneh, kan kok bisa hamil. [...] habis itu

jangka 3 tahun itu mbah puteri hamil lagi, padahaal itu saya sama sekali gak ada hubungan suami istri tapi kok dia bisa hamil” (IML).

“Istriku itu udah hamil sama tetangga situ. Ya deket rumah, ya *konco* juga. Kok tahu-tahu *rabi* Kamari, teman saya” (SRY).

Ketiga responden yang saat ini berada di panti tidak dikunjungi oleh kerabat sama sekali. Selama di panti, tak seorang pun menanyakan kabar ataupun menitipkan kebutuhan (makanan, pakaian atau lainnya). Hal ini dirasakan responden sebagai ketiadaan dukungan secara emosional, finansial dan psikologis dari keluarga bagi mereka.

#### *Hubungan dengan Teman*

Hubungan sosial yang terjalin selama tinggal di panti sering terhalang karena konflik antara ketiga responden dengan para penghuni lansia lainnya. Secara umum, permasalahan para penghuni lansia di panti jompo disebabkan oleh kesalahpahaman, penggunaan fasilitas, ketidakcocokan watak antar penghuni, rasa iri, dan rasa ingin berkuasa. Hal ini yang menjadikan responden terkadang tidak nyaman berada di panti.

“Pernah ada masalah. Kayak dulu pernah diajak kegiatan di aula. Padahal, saya orang baru. Tapi yang lain ada yang gak diajak. Paling cuman *ngedumel*. Lirikannya gak enak” (IML)

“Saya merasa, salah sedikit saja diomeli: “Kamu ini gini, gini, gini. Gimana sih? *Matane picek! Buongko tuwek wong kape matek.*” (AMH).

“Mbah-mbah sini kan saya gak tahu kalau ada hak milik-hak milik. Ya *akhire* ya *geger* ngomel. [...] Orange marah dulu itu. Ya *meneng-menengan*. Lirikane gak penak. [...]”(SRY).

Meskipun terdapat hubungan sosial yang kurang baik antar penghuni panti sisi lain, responden membentuk hubungan sosial yang

positif, seperti membangun perasaan senasib antar penghuni lansia, membentuk hubungan baik melalui aktivitas bersama dan berteman dekat dengan beberapa lansia lainnya. Memiliki teman dekat dengan teman satu kamar dan memiliki perasaan senasip dengan penghuni lain merupakan salah satu bentuk hubungan positif pada diri responden. Seperti kutipan wawancaranya:

“Sama-sama gak ada tempat tinggal. Jauh keluarga. *Wis* gitu. Jadi, sama aja. Di sini orang-orangnya *tak anggep wong iku yo aku sisan*” (SRY).

“Banyak teman di sini sama-sama mbah-mbahnya. Terus, ya wis. Juga, bahagiae senasib juga toh” (AMH).

Kutipan di atas menunjukkan adanya relasi positif dan negatif antar sesama penghuni panti. Walau demikian, ketiga responden merasa dirinya mampu menjalin hubungan baik dengan sesama penghuni panti dan mengembangkan sikap positif atas situasi dan relasi dengan sesama penghuni panti.

#### *Hubungan dengan Perawat*

Hidup di panti tidak terlepas dari relasi dengan staf dan perawat lansia. Para responden menunjukkan perilaku dan mampu berhubungan baik dengan para petugas panti. Namun demikian, berbeda halnya dengan relasi dengan sesama penghuni panti yang dapat bersifat lebih personal, hubungan responden dengan para staf dan perawat terjalin sebatas hubungan formal layaknya perawat dan klien. Para petugas panti melakukan kontak dan komunikasi dengan para lansia penghuni panti saat mereka memberikan layanan pemenuhan kebutuhan fisik. Tidak ada upaya lebih lanjut dari para petugas untuk membangun relasi dan komunikasi personal:

“Sama saya, gak butuh ya gak ngobrol. Gak pernah diajak ngobrol. [...] Ya, saya juga kudu paham. Kan ya perawat lagi kerja. Kalau saya gak ada perlunya, ya buat apa cerita-cerita” (SRY)

Jadi, lansia telantar penghuni panti dapat menjalin hubungan baik dengan para perawat dan relasi di antara mereka bersifat formal.

### **Tema: Pemaknaan Hidup Positif**

Pengalaman hidup di masa lampau, baik positif maupun negatif, akan mempengaruhi cara-cara individu merespon berbagai persoalan yang dihadapi saat ini. Pengalaman-pengalaman tersebut juga mempengaruhi cara individu memandang diri mereka sendiri dan juga cara mereka menyikapi kondisi hidupnya. Pada akhirnya, pengalaman-pengalaman hidup di masa lampau akan membentuk cara-cara individu dalam memaknai hidup mereka. Berbagai pengalaman masa lalu responden membuat mereka memaknai pengalaman hidup mereka baik secara positif maupun negatif. Pemaknaan positif meliputi kepasrahan diri kepada sang pencipta, memiliki kesadaran bertaubat, dan harapan untuk hidup lebih lama dalam kondisi sehat.

#### *Pasrah kepada Sang Pencipta*

Pengalaman hidup sebelum tinggal di panti dan keberadaan diri saat ini yang tinggal di panti menjadi salah satu cara bagi responden dalam memaknai hidupnya. Sebagai sosok yang telah menginjak lanjut usia, ketiga responden memilih berpasrah kepada Tuhannya:

“Saya ini ikhlas, saya mohon sama Allah dikasih keikhlasan, kekuatan dan kepuasan dan saya di sini menyerahkan diri hidup dan mati saya ada disini” (IML)

“Adik kakak saya juga wes diambil gusti Allah, tinggal nunggu saya ini yaudah saya pasrah disini mau gimana *jalanne yawis*” (AMH)

“*Semedede* itu terserah tuhan, kehendak Tuhan itu gimana ya berserah ke Allah, kalau memang bagus masa saya nyari-nyari maksa ke Allah” (SRY)

Kutipan di atas menunjukkan bahwa responden telah berada pada tahap ikhlas dan

berserah diri pada Sang Pencipta, bahkan hingga kematian.

#### *Waktu bertaubat*

Hidup bermakna di usia lanjut dapat ditunjukkan melalui kemampuan untuk mengisi waktu semasa hidup dengan hal positif. Salah satu kegiatan positif di masa lansia adalah berbagai kegiatan spiritual untuk mendekatkan diri pada Sang Pencipta. Ketiga responden penelitian ini memiliki kesempatan untuk melakukan refleksi atas kehidupannya, melakukan perbaikan diri dan bertaubat untuk menyongsong kematian. Beberapa fasilitas dan kegiatan keagamaan di panti seperti tempat ibadah, kegiatan ibadah bersama dan mengaji turut membantu responden membentuk makna spiritual sebagaimana disampaikan responden:

“Bahagia di sini. Bisa bertobat. Ada musholla. Bisa adzan. Di sini itu buat usia lansia itu bertobat, nak, karena gak ada apa-apa lagi. Terus yang dikejar itu apa? Tinggal nunggu dipanggil [meninggal dunia]” (IML).

“Mosok setua ini mbah gak bisa ngaji? Ntar di akhirat mau setor apa ke Allah? Kalau gak bisa apa-apa, ya saya malu toh, nak. [...] Saya juga mikir umur saya diperpanjang, disuruh ibadah, disuruh ngaji” (AMH).

“Ya Allah, saya setiap kali doa minta [maaf], nangis. Berdoa: *kulo pasrah*, kembali ke *Panjenengan*. Dulu kan [saya] masuk Kristen. Saya minta maaf: “*Kulo taubat, Gusti, akeh salahipun. Lali karo Panjenengan, Gusti*” (SRY).

Kutipan di atas menunjukkan kesadaran spiritual para responden atas usianya yang mendorongnya untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian dengan bertaubat dan mendekatkan diri kepada Sang Pencipta.

#### *Diberi umur panjang dan sehat*

Masa tua harapan-harapan yang disampaikan sebagian besar menginginkan kesempatan yang baik semasa hidupnya.

Harapan untuk umur panjang merupakan salah satunya. Responden membentuk pemaknaan hidup dengan memiliki harapan-harapan di masa yang akan datang.

“Saya ingin lakukan itu. Pengen dikasih umur panjang, biar bisa bertobat aja, nak, ingin dosa-dosa mbah diangkut sama Allah” (IML).

“Saya pengen diberi umur panjang sehat, wis sakit iki, gak nambah-nambah. Lek bisa kaki ini sembuh, biar enak jalan, sholatnya juga enak” (AMH).

Paparan di atas menunjukkan bahwa responden mengharapkan bukan saja umur panjang, namun juga kesehatan di sisa usianya agar lebih baik dalam menjalankan ibadah dan bertaubat atas dosa di masa lalu sehingga lebih siap ketika berpulang padaNya.

### **Tema: Pemaknaan Hidup Negatif**

#### *Hidup terasa hampa*

Perasaan hampa dirasakan lansia di saat mereka tidak bekerja. Masa tua dapat dikatakan sebagai masa pensiun, masa-masa tanpa pekerjaan. Hal ini dirasakan oleh responden IML dan SRY.

“Kalau dulu aktif badan pegel karena kerja, nah kalau di sini saya pegel karena gak ngapa-ngapain. Malah gak dipake ini badan” (IML)

“Kayak hampa gitu udah gak kerja biasanya ke sini ke sana lah kok sekarang diem disini *yawis* beda jauh” (SRY)

“Dampak perasaan hampa ini responden merasa dirinya kosong dan kebingungan disaat seharian tidak adanya kegiatan yang dilakukan” (AMH)

Berdasarkan paparan di atas, perubahan status dari bekerja ke tidak bekerja membuat responden mengembangkan evaluasi negatif atas kondisi dirinya. Perasaan seperti ini pada akhirnya mengakibatkan responden memberikan makna negatif atas kehidupannya saat ini.

#### *Tidak memegang uang*

Ketiga responden melakukan

perbandingan atas kondisi mereka ketika masih muda dan bekerja dengan kondisi mereka saat ini di panti. Saat bekerja, mereka menikmati kekuatan finansial yang membuat mereka dapat membeli beberapa barang ataupun jasa yang mereka butuhkan. Saat ini, mereka tidak menghasilkan uang dan hidup mereka sangat tergantung pada fasilitas yang diberikan panti. Kondisi semacam ini dapat mengakibatkan responden mengembangkan pemikiran negatif atas kondisinya.

“*Wis*, dulu itu *aslie pegel*, jeng. Kerja di pabrik kosmetik Viva tapi enak: *entuk duwik*. Sekarang *gak nyekel duwik*. *Bablas pisan*. Ha ha. *Urip yo garek baju, kudung, awak*. *Wis* gitu” (AMH).

“Enak kerja, ya. Dapet uang. Enak: sembarangan makan. Kalau gak kerja, ya gak makan. Makannya ludruk itu berapa gitu: 150, 100. Itu kalau rame. Kalau sekarang, ya gak bisa. Jepit satu aja gak punya. Gak ada semuanya” (SRY).

Kemandirian ekonomi yang terwujud dalam kepemilikan uang merupakan salah satu faktor yang membuat responden berdaya. Sebaliknya, perubahan dari berdaya secara finansial menjadi tidak berdaya dapat mengakibatkan responden memaknai hidupnya secara negatif.

### **Tema: Kepuasan Hidup**

#### *Prestasi masa lampau*

Salah satu faktor yang membuat responden puas akan hidupnya adalah prestasi yang pernah ia raih di masa lampau. Wujud prestasi itu sendiri beragam, beberapa di antaranya adalah prestasi ekonomi, prestasi karir, prestasi sosial, dan lain-lain. Para responden penelitian ini juga memperoleh kepuasan hidup melalui prestasi yang mereka raih di masa lampau, mulai dari membeli rumah, pekerjaan dan menikmati kesempatan jalan-jalan dan *refreshing*:

“Yang membuat saya senang banget bisa beli rumah di sini. Nah ini allhamdulillah bisa beli rumah itu suatu pencapaian buat saya.” (IML)

“Pas kerja enak uange enak ya bisa punya pekarangan bisa bikin rumah bisa beli apa-apa. Dari ludruk itu ngumpul dikit-dikit. [...] Dulu udah puas, udah keliling-keliling jalan itu, udah bosan juga, udah ke Jakarta, Solo, ke Palembang, terus muter Surabaya sini. Saya *wis penak* jaman main ludruk itu” (SRY).

Jadi, capaian prestasi di masa lampau dapat meninggalkan jejak memori positif bagi para lansia sehingga mereka meraih kepuasan hidup.

#### *Aktif mengikuti kegiatan di panti*

Partisipasi aktif dalam kegiatan panti membuat responden memiliki peran kembali dalam hidup. Berbagai kegiatan yang dilakukan oleh ketiga responden mengurangi rasa kesepian dan hal ini dapat meningkatkan kebahagiaan.

“Nanti sore sholat ashar yang ngimamin gak ada ustad, ya udah perawat. Kalau gak ada, ya udah mbah jadi yang adzan, ikomat, dan ngimami ya mbah sendiri. Apalagi kalau subuh, kan jarang ada ustad di sini. Jadi, ya udah, mbah yang ngimami semuanya” (IML).

“Saya termasuk *sing diikutno*. Sing pertama itu sholat nabi itu ya. Allhamdulillah bisa, cuman ya ngratul, gak bisa lancar persis gitu kalau dibaan [...]” (AMH).

“Ikut, saya seneng, timbang *meneng* ae. Gak lapo-lapo, ya ikut kegiatan kalau ada. [...] Ya kayak kemarin itu, ada juga dari UNESA. Gamelan itu saya ikut. Saya nyanyi kok, nembung ikut” (SRY).

Jadi, keterlibatan dan partisipasi aktif dalam kegiatan yang diselenggarakan panti memberikan dampak positif pada diri responden.

#### **Tema: Evaluasi Afektif pada Emosi yang Dirasakan**

##### *Sedih*

Beberapa pengalaman buruk di masa lalu bersama keluarga menghantui hidup

para responden yang kini hidup sendiri dan tinggal di panti. Pengalaman-pengalaman tersebut meninggalkan luka psikologis dan membentuk emosi negatif:

“Pas bilang gitu, saya sedih, saya nangis, sampai sekarang perkataan anak saya itu kebayang terus. Saya mbatin Ya, Allah. Sebesar ini cobaan-Mu buat saya” (IML).

“*Loro ati pastine*. Akhire kurus, *loro-loroen*, tapi ya *wis* mikir, *wes* males kecewa, sedih, ditinggal istri campur aduk.” (SRY).

Jadi, pengalaman negatif masa lalu bersama keluarga mengakibatkan responden merasakan pengalaman negatif di masa tuanya.

##### *Bersalah*

Kekeliruan dalam pengambilan keputusan dan juga tindakan di masa lalu menimbulkan rasa bersalah pada diri responden. Rasa bersalah tersebut muncul ketika mereka melakukan evaluasi atas tindakannya di masa lampau, mengkaji tindakan tersebut dari sudut pandang agama ataupun melakukan penilaian atas dampak tindakannya pada relasi keluarga:

“Tahun 2012 saya udah menantu semuanya yang jadi wali itu dan itu saya merasa berdosa banget dan sampai sekarang. Itu bukan anak saya kok saya nikahkan” (IML)

“Anak saya meninggal, mikir selama ini kok saya rame terus sama anak, gak bisa sedeket dulu. Itu kadang saya ngerasa bersalah. Salah banget saya jadi ibuk” (AMH)

Dari paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa lansia melakukan evaluasi atas tindakan-tindakannya di masa lampau. Evaluasi negatif atas pengalaman tersebut mengakibatkan mereka merasa bersalah.

##### *Bersyukur*

Responden penelitian ini menyatakan rasa syukurnya karena masih diberi kesempatan hidup serta menikmati kesehatan di masa lansia. Rasa syukur atas segala yang

dimiliki dapat membantu mereka mengembangkan emosi positif dalam menjalani sisa hidup:

“Allhamdulillah, nak, sehat mbah ini. Syukur-syukur, umur segini *adem-ayem awak*, gigi masih lengkap juga. Tapi kalau makan yang keras-keras, ya jangan. Takut *mrotoli*” (IML).

“Saya bersyukur sampai sekarang dikasih sehat badan. Gak ada yang sakit kecuali ini: sering pegel sama gatel sebadan. Itu aja. Sisane lengkap bisa ndenger mata liat jelas” (SRY).

“Kuncinya itu bersyukur ikhlas. Wis itu. Saya ini semua apa pun sekarang yang ada di saya *yo wis nerimo* aja, syukur-syukur dikasih kesempatan hidup lagi buat deket sama Gusti Allah sing maringi *nyowo*” (AMH)

#### *Merasa nyaman*

Semua kebutuhan dasar hidup para responden seperti makan, minum, pakaian, tempat tidur dan perawatan telah tersedia di panti. Pemenuhan kebutuhan selama di panti memberi perasaan nyaman pada responden.

“Di sini ya itu, nak, baju mbah udah ada, makan minum udah tiga kali sehari. Ya udah cukup mau [...] Gini kasur, nak, tempat yang nyaman itu ada AC juga”. (IML).

“Cukup, saya rasa cukup, wis penak aku: ada yang ngurus makan-minum ya. Cukupan. [...] Kasur ya ada dan kipas ada dua” (SRY).

“Nyaman ya yang sekaranglah, beda jauh. Dulu itu *sumpek* saya sampai gak bisa tidur saking sumuke, ini kan ada AC, enak [...] Di sini ya semua ada. Udah enak, mau apa-apa makan 3 kali ada susu, teh, tidur ada, sholat bisa” (AMH).

Pemenuhan kebutuhan hidup mendasar bagi para lansia merupakan salah satu aspek yang membuat lansia merasa nyaman dalam menjalani kehidupannya.

#### **Tema: Strategi Coping**

##### *Memaafkan*

Pengalaman dikhianati oleh orang terdekat seperti pasangan memunculkan perasaan negatif. Walaupun demikian, responden berusaha memaafkan orang-orang yang pernah menyakitinya. Mereka belajar berdamai dengan peristiwa masa lalu yang menyakitkan. Bagi mereka, memaafkan kesalahan orang lain merupakan salah satu cara untuk menikmati kedamaian hidup:

“Dia minta ampun ke saya terus ya saya ampuni nak kan kalau gak diampuni juga saya yang berdosa ya nak” (IML).

“Saya ikhlas, aku *ga* apa. *Wes tak maaf-no*, aku ikhlas, diambil ya uda, gak mangkel sama mertua ya gak dendam ya gak, ya udah terima *ae*.” (SRY)

##### *Berdo'a*

Mengingat kembali kehidupan di masa lampau, mengenang situasi di mana mereka pernah memiliki dan hidup bersama keluarga memunculkan perasaan-perasaan sedih. Untuk mengatasi perasaan sedih tersebut, ketiga responden memilih berdo'a, memohon kebaikan untuk keluarga mereka:

“Saya bilang: ‘Ya Allah ya Tuhanku, kalau saya ingat anak saya, kerja yang enak yang baik-baik dan beri kesehatan dan keselamatan’. Itu yang saya bilang terus walaupun saya udah putus 9 tahun” (IML)

“Sekali-sekali saya *sambang*i, doa, kirim Qur'an ke keluarga saya, gitu. Walaupun di mushola, kalau sempat ya saya sampaikan ke anak saya” (AMH)

“*Kulo dugakken* ibu bapak *kulo lan wong wong sing jahat kali kulo* ampuni mereka beri mereka kesadaran urip tentrem” (SRY)

##### *Dukungan Sosial*

Di saat lansia merasa dirinya membutuhkan dukungan sosial, ia akan mencari orang terdekat yang ada di lingkungan sekitarnya. Dengan demikian, mereka mendapatkan rasa nyaman, merasa di

perhatikan, dan memperoleh penghargaan yang mereka butuhkan.

“Mendukung saya pas sedih, ya didekati, nak, diajak ngobrol, guyon. Kalau kadang keinget mbah dulu, terus ya saya merasa diri saya ini dianggap di sini” (IML).

“Paling ya, Mbah Sri ngajak ngobrol, kenapa, terus diajak lihat TV bareng setelah saya ngajiin buat anak saya. Ya wis, koyoke dislimurno *cik* gak sedih” (AMH)

Adanya dukungan sosial dari orang-orang di sekeliling mereka memberikan efek emosi positif kepada responden.

### Pembahasan

Penelitian ini mengindikasikan bahwa para lansia terlantar yang tinggal di panti sosial memiliki kesejahteraan subjektif meskipun mereka juga mengalami berbagai persoalan, seperti masalah penurunan kondisi fisik dan masalah relasi sosial. Salah satu bentuk masalah penurunan kondisi fisik adalah gangguan kesehatan. Menurut Santrock (2012), seiring dengan bertambahnya usia, para lansia memang akan mengalami peningkatan penyakit dalam jangka waktu lama.

Menurut Diener et al. (2003), kualitas kesehatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang. Kesejahteraan subjektif seseorang meningkat jika dia sehat dan berumur panjang. Pendapat ini sejalan dengan temuan penelitian ini yang menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di panti mencapai kesejahteraan subjektif karena kesehatan yang mereka rasakan. Walaupun mereka mengalami gangguan kesehatan, gangguan tersebut masih dalam batas kewajaran dan merupakan gejala umum yang terdapat pada lansia sehingga tidak mengganggu mereka dalam menjalankan aktivitas hidup sehari-hari.

Indikator lain kesejahteraan subjektif yaitu hubungan sosial (Hefferon & Boniwell, 2011). Menurut Diener et al. (2012),

seseorang yang memiliki hubungan baik dengan orang terdekat (keluarga, pasangan dan sahabat) dapat meningkatkan kepuasan hidup dan emosi positif. Namun, apabila hubungan buruk dan berkonflik, akan menurunkan tingkat kesejahteraan subjektif. Riset ini menunjukkan bahwa meski lansia yang menjadi responden penelitian ini memiliki riwayat hubungan buruk dengan keluarga asalnya di masa lalu, saat ini mereka mampu menjalin hubungan baik dengan orang-orang di sekitarnya, yakni sesama penghuni panti. Mereka mengembangkan sikap positif atas situasi dan relasi dengan orang lain. Hal inilah yang menjadi salah satu sumber kesejahteraan psikologis pada diri mereka. Kedekatan dan keterikatan sosial yang dimiliki ketiga responden memperlihatkan bahwa mereka memiliki hubungan sosial yang positif dengan sesama penghuni lain di panti. Mereka memperlihatkan prediktor yang kuat dan penting dari kesejahteraan subjektif dengan adanya hubungan sosial yang positif (Diener et al., dalam Compton & Hoffmann, 2013).

Menurut Park (Compton & Hoffman, 2013), salah satu prediktor penting dalam *subjective well-being* adalah bahwa individu membentuk dan memiliki tujuan atau makna dalam hidupnya yang disebut dengan *a sense of meaning in life*. Ketiga responden memaparkan bahwa mereka memperoleh makna hidup dengan berpasrah diri kepada Allah, bertaubat, mengikhlaskan kehidupan, diberi umur panjang, hidup hampa, dan tidak dapat memegang uang. Semakin bermakna kehidupan, semakin tinggi pula kesejahteraan. Semakin positif emosi seseorang, semakin dia merasa bahwa hidupnya bermakna (King et al., 2006).

Faktor lain penentu *subjective well-being* adalah kesalehan (Myers dalam Compton, 2013). Secara umum, orang yang beragama cenderung mengalami kesejahteraan yang lebih tinggi dan lebih khusus. Keyakinan agama memberikan makna dan tujuan ketika hidup terasa sulit dan membantu integrasi psikologis yang optimistis dan penuh harapan. Penelitian ini melaporkan bahwa ketiga responden

penelitian menunjukkan kesalehan di masa lansia: mereka bertaubat, semakin rajin beribadah dan berserah diri kepada Sang Pencipta. Mereka merasa bahwa panti merupakan tempat yang cocok bagi lansia untuk bertaubat dan mendekatkan diri kepada Tuhan.

Di usia yang rentan, tidak jarang para lansia memikirkan kematian dan hal ini memunculkan harapan di kalangan lansia untuk memiliki kesempatan hidup lebih lama dan mampu bermanfaat bagi diri dan lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa lansia yang berada di panti jompo memiliki harapan umur panjang untuk memiliki waktu mendekatkan diri kepada Yang Maha Kuasa dan kesehatan dengan pemenuhan pemberian pelayanan yang sesuai (Handayani et al., 2020).

Menurut Diener et al. (2002), kesejahteraan subjektif mengandung pengalaman positif yang merupakan konsep inti dari psikologi positif. Pengalaman yang menyenangkan dan positif dapat membuat hidup lebih berharga. Pengalaman positif yang membentuk pemaknaan diri responden akan prestasi masa lalu yang menjadi kepuasan hidup lansia. Menurut Maddux (2017), kepuasan hidup merupakan cara seseorang menilai positif kehidupannya secara keseluruhan pada domain tertentu dalam peristiwa penting dalam kehidupannya. Para responden menunjukkan bahwa mereka memiliki pengalaman yang menyenangkan di masa lalu. Mereka menyatakan, di masa lalu mereka sering berekreasi semasa libur kerja, bersama teman atau keluarga. Rekreasi di masa lalu mereka rasakan lebih bahagia. Kehidupan masa lalu berbeda dengan saat berada di panti. Ini dirasa tidak mempresentasikan keinginan untuk menyalurkan hobi ataupun kegiatan rekreasi lansia.

Beberapa kegiatan yang dilakukan lansia di panti sosial adalah kegiatan rohani (ibadah, mengaji, dan ceramah), kegiatan fisik (senam) dan terkadang kegiatan tambahan (seni). Kegiatan tersebut membuat responden menilai kehidupan lebih memuaskan dan positif. Sejalan dengan

pendapat Diener (Compton & Hoffman, 2013) pada teori "*bottom-up*", kepuasan hidup tergantung pada banyaknya kebahagiaan kecil, kegiatan yang ada dan beberapa kumpulan peristiwa. Perasaan bosan akan hilang apabila adanya kegiatan yang dilakukan di panti. Menurut Santrock (2012) dengan teori aktivitas membantu lanjut usia untuk aktif dan terlibat untuk beraktivitas dan kecil kemungkinan rentang yang akan berdampak pada diri serta membangun perasaan puas dengan kehidupannya. Adanya kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh lansia di panti akan mengurangi kesepian dan meningkatkan kebahagiaan.

Selain komponen kognitif dengan beberapa indikator, terdapat pula komponen afektif yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif lansia terlantar yang tinggal di panti. Hidup di panti memberikan dampak bagi kehidupan lansia yang memunculkan emosi-emosi tertentu, tepatnya dengan berbagai permasalahan yang dialami lansia selama tinggal di panti dan pengalaman masa lalu. Menurut Seligman (Ardani & Istiqomah, 2020), emosi positif dapat dibedakan menjadi tiga kelompok: emosi positif akan masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Emosi positif masa depan meliputi optimisme, harapan, keyakinan dan kepercayaan. Emosi positif masa sekarang mencakup kebahagiaan, ketenangan, semangat. Emosi positif tentang masa lalu adalah kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan dan kedamaian. Berbeda dengan afek positif, maka afek negatif merupakan suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan yang muncul sebagai reaksi negatif dari kejadian yang dialami oleh individu dalam hidup mereka, kesehatan serta lingkungan mereka (Diener & Oishi, 2005).

Selama tinggal di panti para responden mengembangkan emosi positif. Emosi positif tersebut meliputi perasaan bersyukur atas rahmat Allah sehingga di usia lanjut ini mereka diberikan umur panjang dan kesehatan serta telah menerima semua yang telah terjadi. Menurut Seligman (Ardani & Istiqomah, 2020) bersyukur

adalah sebuah penghargaan terhadap kehebatan karakter moral, sebagai sebuah emosi, kekuatan ini berupa ketakjuban, rasa terima kasih, dan apresiasi terhadap kehidupan itu sendiri. Galinha dan Pais-Ribeiro (2011) menjelaskan bahwa salah satu prediktor kesejahteraan subjektif di dalamnya termasuk afek positif meliputi rasa syukur. Perasaan syukur atas segala sesuatu yang telah dimiliki, individu akan tetap dapat menjaga keinginannya dan terus mengembangkan kebahagiaan. Responden mengambil hikmah dari penilaian dirinya bahwa dengan diberikan kesehatan dan umur panjang di masa tua.

Menurut Lazarus dan Folkman (Biggs, Brough dan Drummond, 2017) Strategi *coping* terbagi menjadi dua jenis yakni *problem-focused coping*, individu aktif menemukan penyelesaian dari permasalahan dengan menghilangkan situasi dan kondisi yang menimbulkan stres dan *emotion-focused coping*, berfokus pada usaha mengatur emosi untuk menyesuaikan diri yang menjadi dampak dari tekanan. Bentuk strategi *coping* yang dilakukan responden dengan jenis *problem-focused coping* yaitu memaafkan, berdoa, mencari informasi dan diam. Sementara itu, jenis *emotion-focused coping* yang dilakukan responden yaitu membuang kenangan dan dukungan sosial. Sejalan dengan penelitian yang berfokus pada faktor *coping* yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif yaitu dukungan sosial, *forgiveness*, kepribadian *self-esteem*, spiritual dan *gratitude* (Lharasati & Nasywa, 2019). Strategi *coping* dengan perilaku memaafkan kejadian di masa lalu di kalangan responden memberikan pengaruh kepada mereka untuk mampu menilai masa lalu yang tidak menyenangkan dengan istri dengan lebih ikhlas dengan tidak mengungkit permasalahan yang terjadi. Sejalan dengan pendapat Pennebaker (Mbeo et al., 2019) bahwa seseorang yang tidak mampu mengungkapkan diri dalam memaafkan akan terperangkap dalam emosi negatif seperti mudah tersinggung dan marah.

Kemampuan menerima keadaan yang sekarang membentuk kepribadian yang lebih bahagia. Emosi positif lain di masa

sekarang yang dirasakan responden adalah kenyamanan. Responden merasakan kenyamanan berada di panti dengan fasilitas-fasilitas yang dirasa lengkap dan memadai bagi lansia. SRY merasa lega terlepas dari perasaan khawatir karena tidak adanya keluarga yang merawatnya di masa tua. Semua kebutuhan hidup seperti makan, minum, pakaian, tempat tidur dan perawatan kesehatan telah tersedia di panti. Hal ini didukung penelitian yang menyatakan bahwa di saat kebutuhan individu telah terpenuhi di hari tua merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan (Diponegoro & Mulyono, 2015).

Cara lain yang dilakukan responden untuk menemukan kebahagiaan dan ketenangan yaitu mencari dukungan sosial. Dengan dukungan sosial seseorang mendapatkan kenyamanan, perhatian dan penghargaan yang dibutuhkan oleh mereka. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh kepada lansia yang tinggal di panti yang membentuk harga diri dan penilaian positif dalam hidupnya (Ramdani & Safitri, 2017).

## Simputan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa para lansia terlantar yang hidup di panti mencapai kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif ini utamanya dipengaruhi oleh pengalaman hidup sebelum di panti, dan kepuasan hidup yang dijalani saat ini. Meskipun lansia terlantar memiliki pengalaman menyedihkan di masa lalu, mereka juga memiliki berbagai pengalaman positif. Dengan berfokus pada pengalaman positif, mereka dapat meraih kepuasan hidup dan hal ini berpengaruh pada kesejahteraan subjektif mereka. Kepuasan hidup saat ini dipengaruhi oleh kondisi dan situasi lingkup panti. Hal ini meliputi kesehatan, hubungan dan dukungan sosial di panti, serta aktivitas yang mereka lakukan di waktu luang. Kejadian masa lalu dan saat ini memang terkadang memunculkan emosi-emosi

negatif, namun yang lebih penting adalah pengalaman dan emosi positif yang dirasakan para responden selama tinggal di panti seperti perasaan nyaman tinggal di panti dan juga kebersyukuran. Di samping hal-hal tersebut di atas, faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada responden yaitu kemampuan adaptasi sehingga mereka mampu menerima diri untuk tinggal di panti. Begitu pula strategi *coping* saat responden dihadapkan oleh permasalahan yang dialami.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kesejahteraan subjektif lansia terlantar dipengaruhi oleh pengalaman positif dalam kehidupannya di masa kini. Oleh karena itu, penting diciptakan lingkungan tempat tinggal bagi para lansia yang dapat memberikan pengalaman positif tersebut.

Penelitian ini berfokus pada lansia terlantar yang tinggal di panti. Padahal, tidak menutup kemungkinan terdapat lansia telantar yang tinggal bersama anak-anaknya ataupun tinggal sendiri. Oleh karena itu, perlu kajian lebih lanjut tentang bagaimana kesejahteraan psikologis para lansia yang tinggal bersama anak-anaknya ataupun yang tinggal sendiri.

### Daftar Pustaka

- Ardani, T. A., & Istiqomah. (2020). *Psikologi positif: Perspektif kesehatan mental islam*. Rosda.
- Badan Perencanaan Pembangunan Daerah. (2018). *Data dinamis provinsi Jawa Timur Triwulan I - 2018*. Dinas Provinsi Jawa Timur. [http://jatimprov.go.id/ppid/uploads/berkasppid/dinamis\\_1\\_2018.pdf](http://jatimprov.go.id/ppid/uploads/berkasppid/dinamis_1_2018.pdf)
- Badan Pusat Statistik. (2017). *Penyandang masalah kesejahteraan sosial menurut kabupaten atau kota*. <https://jatim.bps.go.id/statictable/2017/10/10/650/penyandang-masalah-kesejahteraan-sosial-menurut-kabupaten-kota-2016.html>
- Badan Pusat Statistik. (2019). *Penyandang masalah kesejahteraan sosial (pmks)*. <https://jatim.bps.go.id/statictable/2019/10/16/2044/penyandang-masalah-kesejahteraan-sosial-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-timur-2017.html>
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik penduduk lanjut usia*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/2020/12/21/0fc023221965624a644c1111/statistik-penduduk-lanjut-usia-2020.html>
- Biggs, A., Brough, P., Drummond, S. (2017). *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice*. John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing (second edition)*. Cengage Learning.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative and mixed methods approaches (5th ed.)*. SAGE Publications. <https://www.docdroid.net/XAQ0IXz/creswell-research-design-qualitative-quantitative-and-mixed-methods-approaches-2018-5th-ed-pdf#page=7>
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Applied Research in Quality of Life*, 1(2), 151–157. <https://doi.org/10.1007/s11482-006-9007-x>
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406. <https://doi.org/10.1177/008124630903900402>
- Diponegoro, A. M., & Mulyono. (2015). Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia suku jawa di klaten. *PSIKOPEDAGOGIA*, 4(1), 13–19. <http://dx.doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i1.4476>

- Ezalina. (2019). Karakteristik kejadian pengabaian lansia pada keluarga di puskesmas harapan raya kecamatan bukit raya kota Pekanbaru. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 8(1), 11–15. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v8i1.37>
- Ezalina, Machmud, R., Effendi, N., & Maputra, Y. (2020). Analisis bentuk pengabaian yang dialami lansia yang tinggal bersama keluarga. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(1), 6–11. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5421>
- Ginting, L.T. (2019). *Kesepian pada lansia di panti jompo Suka Makmur* [Skripsi tidak diterbitkan]. Universitas Medan Area.
- Hadipranoto, H., Satyadi, H., & Rostiana. (2020). Gambaran kualitas hidup lansia yang tinggal di panti sosial tresna wreda x Jakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(1), 119–127. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i1.7535.2020>
- Handayani, D., Hidayat, Y., & Azkia, L. (2020). Kesejahteraan Subjektif Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. *Padaringan : Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi*, 2(1), 156–163. <https://doi.org/10.20527/padaringan.v2i1.11620>
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. McGraw-Hill. <http://library.lol/main/901D6A90597F4FFADF48D5D61A6F6E8E>
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Salemba Humanika.
- Hoover, R. M., & Polson, M. (2014). Detecting elder abuse and neglect: Assessment and intervention. *American Family Physician*, 89(6), 453–460. <https://www.aafp.org/afp/2014/0315/p453.html>
- Indarwati, & Raharjo, T. J. (2014). Peranan pekerja sosial dalam meningkatkan kesejahteraan sosial lanjut usia (lansia) di unit rehabilitasi sosial perbu Yuwono Brebes. *Journal of Non Formal Education and Community Empowerment*, 3(2), 22–28. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jnfc>
- Karni, A. (2018). Subjective well being pada lansia. *Jurnal Ilmiah Syiar*, 18(2), 84–102. <https://media.neliti.com/media/publications/288022-subjective-well-being-pada-lansia-8bcd4a0a.pdf>
- Kemendes. (2016). *Situasi lanjut usia (lansia) di Indonesia*. Infodatin. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin-lansia-2016.pdf>
- Kosalina, N. (2018). Gambaran kesejahteraan subjektif lansia yang aktif dalam kegiatan religius. *Jurnal Psibemetika*, 11(1), 31–46. <https://journal.ubm.ac.id/index.php/psibernetika/article/download/1158/1007>
- Lharasati, D., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1), 54–62. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i1.15129>
- Mbeo, A. B., Keraf, M. K. P. A., & Anakaka, D. L. (2019). Kebaagiaan lansia di panti sosial. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(3), 166–178. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v1i3.2096>
- Ningtyas, L. K. S., Tentama, F., & Situmorang, N. Z. (2018). Gambaran subjective well being pada perempuan lanjut usia. *Urecol: University Research Colloquium*, 1–6. <https://osf.io/preprints/inarxiv/j4wu7/>
- Rahmawati, D. A. (2020). Kesejahteraan subjektif pada lansia pwri. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. [http://eprints.ums.ac.id/80904/1/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/80904/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf)
- Ramdani, & Safitri, E. I. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif lansia di panti jompo anissa ummul khairat. *Jurnal Kopasta*, 4(13), 82–92. <https://garuda.ristekbrin.go.id/document/s/detail/1205867>

- Rokom. (2021). *Indonesia menuju struktur penduduk tua*. Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20200922/5234994/indonesia-menuju-struktur-penduduk-tua/>
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development: Perkembangan masa hidup* (ed2 ed.). Erlangga.
- Sasmita, M., & Yulianti, A. (2013). Kesepian dengan kesejahteraan subjektif pada usia lanjut yang tinggal di panti jompo Khusnul Khotimah Pekanbaru Riau. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(13), 825–832. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/2138/1472>
- Sessiani, L. A. (2018). Studi fenomenologis tentang pengalaman kesepian dan kesejahteraan subjektif pada janda lanjut usia. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 13(2), 203–236. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/sawwa/article/view/2836>
- Singh, R., Singh, B., Lall, B. S., & Jain, V. (2013). Psychosocial problems: An issue among the elderly in Kathmandu, Nepal. *International Journal of Health Sciences and Research (IJHSR)*, 3(6), 48–53. [https://www.ijhsr.org/IJHSR\\_Vol.3\\_Issue.6\\_June2013/9.pdf](https://www.ijhsr.org/IJHSR_Vol.3_Issue.6_June2013/9.pdf)
- Sulastri, S., & Humaedi, S. (2017). Pelayanan lanjut usia terlantar dalam panti. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 155–164. <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/14225/6885>
- Vella, W.M. & Yarni, L. (2021). Loneliness problem pada lansia di panti jompo Jasa Ibu Jorong Lakung Kenagarian Situju Batua. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*. 4(1), 81-96, <https://doi.org/10.31933/rrj.v4i1.424>