

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa lanjut usia (lansia) merupakan tahap terakhir dari tahapan perkembangan manusia. Didalam masyarakat, masa lansia sering diidentikkan dengan masa penurunan dan ketidakberdayaan. Menurut UU No.13 tahun 1998, lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Hal ini sesuai dengan definisi lansia dari *World Health Organization* (WHO), yang menyatakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang berusia dimulai dari 60 tahun ke atas

Populasi lansia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Menurut data yang dikeluarkan oleh Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB), melalui lembaga kependudukan dunia *United Nation Population Fund Asian* (UNFPA), jumlah lansia tahun 2009 telah mencapai jumlah 737 juta jiwa dan sekitar dua pertiga dari jumlah lansia tersebut tinggal di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Pada tahun 2050 diproyeksikan bahwa jumlah penduduk di atas usia 60 tahun mencapai sekitar 2 miliar jiwa.

Umumnya manusia secara keseluruhan dalam kehidupannya mencari ketenangan dan kebahagiaan, begitu juga dengan lansia ingin memperoleh kebahagiaan, tetapi apa bahagia itu, dimana tempatnya, bagaimana cara memperolehnya, hampir semua orang mempunyai titik pandang yang berbeda. Myers (2004) menyatakan bahwa kebahagiaan itu lebih dari sekedar memiliki saat-saat yang menyenangkan atau memiliki sesuatu yang sangat banyak, kebahagiaan meliputi perasaan sejahtera, kebahagiaan memiliki suatu pemenuhan, kebermaknaan, hidup yang menyenangkan. Rakhmat (2004) menambahkan bahwa kebahagiaan adalah perasaan yang menyenangkan, selain itu kebahagiaan juga meliputi penilaian seseorang tentang hidupnya.

Kebahagiaan merupakan pemahaman umum mengenai seberapa senang seseorang akan kehidupannya sendiri atau secara formal merupakan tingkat dimana seseorang menilai keseluruhan kehidupannya secara positif (Veenhoven, 2004). Ditambahkan lagi oleh Veenhoven bahwa elemen dasar dari definisi ini adalah penilaian subjektif atas kesenangan hidup, juga mengacu pada kepuasan hidup.

Kepuasan hidup atau *satisfaction with life* merupakan penilaian secara keseluruhan dari kualitas kehidupan seseorang yang telah ia pilih untuk mencapai tujuannya (Veenhoven, 2000). Ditambahkan pula oleh Veenhoven bahwa bentuk nyata dari *satisfaction with life* adalah happiness atau kebahagiaan yang dirasakan oleh individu. Menurut Diener (1997) ketika seseorang individu tidak merasa puas dengan kehidupannya maka individu tersebut juga tidak merasakan kebahagiaan.

Seligman (2002) memberikan delapan faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang, namun tidak semua memiliki pengaruh yang besar. Delapan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan tersebut antara lain uang, pernikahan, kehidupan sosial, kesehatan, agama, emosi positif, usia, pendidikan, iklim, ras dan jender. Seligman (2002) juga memberikan tiga faktor internal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan yaitu kepuasan terhadap masa lalu, optimisme terhadap masa depan, dan kebahagiaan pada masa sekarang. Ketiga hal tersebut tidak selalu dirasakan secara bersamaan, seseorang bisa saja bangga dan puas dengan masa lalunya namun merasa pesimis terhadap masa sekarang dan yang akan datang. Salah satu yang terlihat dari faktor yang berkontribusi terhadap kebahagiaan adalah kepuasan terhadap masa lalu.

Semua orang ingin bahagia, termasuk lansia. Bagaimanapun juga faktor penting bagi seorang lansia adalah mendapatkan kebahagiaan, dan kebahagiaan tersebut didapatkannya dari kepuasan terhadap masa lalu mereka, kejadian positif serta kenangan indah masa lalu mereka. Sebagaimana ditunjukkan dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Prof. Alex

Bishop dari Lembaga “*Human Development and Family Studies*” untuk mengetahui faktor apa saja yang menjadi unsur ketidakpuasan atau bahkan depresif pada lansia. Untuk itu diteliti 2 kelompok lansia. Kelompok pertama sebanyak 158 responden yang usianya 100 tahun dan kelompok kedua sejumlah 78 responden yang berumur minimal 80 tahun. Kedua kelompok itu punya kesamaan kepuasan, yaitu kenangan sukses masa silam dan perasaan bahagia yang membuat kelompok pertama (para lansia usia 100 tahun) depresif terutama adalah ketergantungan pada perawat dan sisa hidup yang singkat. Selain itu mereka juga diliputi kecemasan terhadap masa depan dunia. Beban yang dianggap besar oleh kelompok kedua adalah kian meningkatnya kehilangan kontrol diri dan makin minimnya kemampuan mereka untuk memecahkan masalah. Yang mengherankan peneliti adalah fakta bahwa kekayaan materi maupun kecerdasan tidak berpengaruh terhadap kebahagiaan atau kesedihan mereka, pada kedua kelompok. (Lansia: kenangan masa lalu membuatnya bahagia, 2011).

Penelitian lainnya dilakukan oleh Budiarti (2011), menunjukkan penuaan yang sukses (*successful aging*) pada lansia terjadi karena adanya beberapa faktor, salah satunya adalah faktor psikologis, dimana ditemukannya sikap positif pada lansia seperti menyadari akan segala kekurangan yang ada dalam dirinya, mampu menghadapi serta menyelesaikan permasalahan pada dirinya serta tercapainya tujuan dan memaknai hidup dengan lebih baik akan membuat lansia menjalani usia senjanya dengan perasaan optimis. Memang tidak bisa dipungkiri bahwa seiring berjalannya waktu, kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari beberapa perubahan: (1) perubahan penampilan pada bagian wajah, tangan, dan kulit, (2) perubahan bagian dalam tubuh seperti sistem saraf, otak, isi perut, limpa, hati, (3) perubahan panca indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan (4) perubahan motorik antara lain berkurangnya kekuatan, kecepatan dan belajar keterampilan baru. Perubahan-perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduran kesehatan fisik dan psikis yang akhirnya akan

berpengaruh juga pada aktivitas ekonomi dan sosial mereka. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada aktivitas kehidupan sehari-hari (Rahayu, 2009).

Berdasarkan hasil survey awal dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi terhadap beberapa lansia yang mengikuti kegiatan di panti. menunjukkan bahwa masalah yang dihadapi lansia di dalam kehidupan sehari-harinya seperti: Mudah cemas dan mudah marah ketika menghadapi masalah penurunan kesehatan fisik dan kesepian. Mereka juga merasa kecewa karena masing-masing lansia dipanti sibuk dengan kegiatan sendiri. Hal ini terjadi setelah selesai mengadakan kegiatan-kegiatan yang diadakan pengurus panti sekalipun tinggal bersama, mereka khawatir dengan keadaan diri mereka dan tidak siap menghadapinya. Dalam menjalin hubungan dengan orang lain, mereka cenderung tertutup dan lebih memilih berdiam diri di panti tersebut. Ketika dihadapkan pada situasi yang menuntut pengambilan keputusan, mereka bergantung pada orang lain Mereka cenderung fokus pada perasaan cemas, khawatir, dan tidak memperoleh makna dari setiap pengalaman yang dihadapinya.

Menurut Hakim (2003) secara fisik lanjut usia mengalami penurunan, tetapi pada aktivitas yang berkaitan dengan agama justru mengalami peningkatan, artinya perhatian mereka terhadap agama semakin meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Dalam hal ini lanjut usia lebih percaya bahwa agama dapat memberikan jalan bagi pemecahan masalah kehidupan, agama juga berfungsi sebagai pembimbing dalam kehidupannya, dan menentramkan batinnya (Hakim, 2003). Pernyataan tersebut sejalan dengan Hawari (1997) juga menjelaskan bahwa kebutuhan keagamaan dapat memberikan ketenangan batiniah, sehingga penghayatan keagamaan besar pengaruhnya terhadap taraf kesehatan fisik maupun kesehatan mental, hal ini ditunjukkan dengan penelitian yang telah dilakukannya, dan didapatkan bahwa:

- a. Lanjut usia yang nonreligius angka kematiannya dua kali lebih besar daripada

orang yang religius.

- b. Lanjut usia yang religius penyembuhan penyakitnya lebih cepat dibandingkan yang nonreligius.
- c. Lanjut usia yang religius lebih kebal dan tenang menghadapi operasi.
- d. Lanjut usia yang religius lebih kuat dan tabah menghadapi stres daripada yang nonreligius, sehingga gangguan mental emosional jauh lebih kecil.

Hakim (2003) juga menyatakan bahwa terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara agama dan keadaan psikologis lanjut usia, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Koenig, Goerge dan Segler (dalam Hakim, 2003) yang menunjukkan bahwa strategi menghadapi masalah yang tersering dilakukan oleh 100 responden berusia 55 tahun-80 tahun terhadap peristiwa yang paling menimbulkan stres adalah berhubungan dengan agama dan kegiatan religius.

Penelitian-penelitian di atas sejalan dengan Kosasih (2002) yang menyatakan bahwa kebahagiaan dipengaruhi oleh hubungan kita dengan Tuhan Yang Maha Esa, bahkan seringkali merupakan faktor utama untuk kebahagiaan. Carr (2004) juga menyatakan bahwa salah satu hal yang berhubungan dengan kebahagiaan adalah agama. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Myers (dalam Carr, 2004) bahwa suatu Studi di Amerika Utara menemukan adanya hubungan yang moderat antara bahagia dan keterlibatan dalam kegiatan keagamaan. Dari pernyataan dan hasil-hasil penelitian di atas sejalan dengan Diana (1999) yang menyatakan bahwa keintensifan pada kehidupan agama pada lanjut usia tidak hanya mempunyai sisi nilai positif pada aspek kejiwaannya saja, tetapi memiliki sisi positif pada aspek fisik dan sosialnya. Berdasarkan pernyataan-pernyataan di atas dapat dikatakan bahwa agama dapat memberi jalan menuju kebahagiaan pada lansia. Menurut Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2004) agama merupakan sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai,

dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi.

Dister (dalam Anggarasari, 1997) menyatakan bahwa internalisasi nilai-nilai agama kedalam kehidupan individu disebut juga dengan religiusitas. Diharapkan seorang lansia yang telah menginternalisasikan nilai-nilai agama tersebut dalam kehidupannya dapat memiliki kebahagiaan yang tinggi.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara Religiusitas dengan Kebahagiaan pada lansia pada biara susteran scmm medan.

B. Identifikasi Masalah

Tidak dapat dipungkiri bahwa seseorang memasuki lanjut usia (lansia) pasti mengalami berbagai perubahan dalam kehidupannya yang terlihat, baik secara fisik maupun dalam sistem sensori yang mulai menjadi lambat dan menjadi kurang sensitif dalam rangsangan terhadap lingkungannya. Melambatnya rangsangan sensoris berpengaruh terhadap kemampuan untuk menangani lingkungan secara keseluruhan dan menimbulkan keterbatasan dalam melakukan komunikasi dengan lingkungannya. keterbatasan dalam melakukan komunikasi dengan lingkungan mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia dan kebahagiaan semakin mengalami penurunan karna keterbatasan tersebut.

Ketidakhahagiaan lansia lebih-lebih karena masalah pribadi daripada masalah lingkungan. Lanjut usia mempunyai tingkat aspirasi yang tinggi dan tidak realistik bagi dirinya sendiri. Apabila harapan tidak terpenuhi akan muncul rasa tidak puas pada diri sendiri dan bersikap menolak diri sendiri. Lanjut usia juga mengalami kecemasan terhadap segala hal yang berkaitan dengan kehidupannya, sulit untuk mengendalikan pemikiran kepada yang lebih baik dan menyikapi yang kurang tepat terhadap keadaannya yang menua, lanjut usia mudah tersinggung dikarenakan suasana hati lansia cenderung peka dan suasana hatinya

cepat berubah. Perasaan penuh dengan ketegangan, gelisah dan sikap banyak menuntut dan kadang kala terjadi ledakan emosi.

Rasa kesepian lanjut usia menimbulkan kesangsian akan nilai dirinya dan gunanya pada masyarakat sehingga mengalami kehilangan kepercayaan diri. Banyak hal lain yang menjadi masalah pada lansia, seperti stress, depresi salah satunya karena keluarga terdekat kurang mampu untuk memahami/ menerima keadaan orang tua tersebut. Dan lansia sendiripun juga tidak bisa menerima keadaannya dan dalam bersosialisasi dengan lingkungan mudah mengalami tersinggung. Sehingga memiliki tekanan-tekanan psikologis dan lansia cenderung kurang bahagia dengan keadaannya, jadi peneliti ingin melihat kebahagiaan apabila dihubungkan dengan religiusitas pada lansia.

C. Batasan Masalah

Untuk mempermudah dalam memahami skripsi ini, penulis membatasi masalah hanya membahas bagaimana hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada lansia di biara susteran scmm medan.

D. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan yang positif antara religiusitas pada lansia di biara susteran scmm medan dengan kebahagiaan?

E. Tujuan Penelitian

Ingin mengetahui hubungan yang antara religiusitas dengan kebahagiaan pada lansia di biara susteran scmm medan.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi di bidang psikologi khususnya psikologi klinis dan perkembangan terutama yang berkaitan dengan kebahagiaan dan religiusitas pada lansia.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan kepada pengelola panti untuk meningkatkan kebahagiaan dengan religiusitas pada lansia dan Menjadi bahan pelajaran bagi pemilik panti tersebut apabila lansia kurang bahagia dalam hidup, mereka harus melakukan kegiatan-kegiatan keagamaan.

