

**HUBUNGAN INTERAKSI SOSIAL DENGAN *HAPPINESS* PADA LANSIA  
DI DESA NOGO REJO DUSUN TIGA, KECAMATAN GALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area

Oleh :  
**MARIA ULFA SITOMPUL**  
NPM : 15 860 0352



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2022**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 14/11/22

Access From (repository.uma.ac.id)14/11/22

## HALAMAN PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN INTERAKSI SOSIAL DENGAN  
*HAPPINESS* PADA LANSIA DI DESA NOGO  
REJO DUSUN TIGA, KECAMATAN GALANG

NAMA MAHASISWA : Maria Ulfa Sitompul

NO STAMBUK : 15 860 0352

PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI

Menyetujui

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

( Dra. Mustika Tarigan, M.Psi )

Pembimbing II

(Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si )

Mengetahui

Kepala bagian



(Dinda Permatasari Harahap, M.Psi, Psikolog)

Dekan



(Hasanuddin, Ph.D )

Tanggal Sidang Meja Hijau

02 Agustus 2022

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
DAN DI TERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN  
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
GELAR SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal

02 Agustus 2022

MENGESAJIKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA



DewanPenguji

1. Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA
2. Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Dra. Mustika Tarigan, M.Psi
4. Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Psi

Tanda Tangan

The image shows two handwritten signatures in brown ink. The first signature is written over a horizontal dashed line. The second signature is written over another horizontal dashed line. The signatures appear to be those of the members of the exam board listed in the adjacent list.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah. Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan di dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku.

Medan 02 Agustus 2022

  
Maria Ulfa Sitompul



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS  
AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maria Ulfa Sitompul  
NPM : 158600352  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : Psikologi  
Jeniskarya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Hubungan interaksi Sosial Dengan Happiness Pada Lansia Di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang.**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal, 02 Agustus 2022

Yang menyatakan



( Maria Ulfa Sitompul)

## RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Aek Kanan. Pada tanggal 19 Desember Tahun 1997 dari Ayah H. Jahidin Sitompul dan Ibu Hj. Musni Neng Wati Saragih

Penulis merupakan ANAK ke 4 dari 5 bersaudara.

Tahun 2015 Penulis lulus dari SMA Swasta Kemala Bhayangkari II dan pada tahun 2015 terdaftar

sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.



## MOTTO

“ Allah akan mengangkat derajat orang yang beriman dan orang yang berilmu  
diantara kamu sekalian.”

(Q.S. Al-Mujadilah:11)

*“Education is the best provision for old age”*

“Hai orang-orang yang beriman, ruku’lahkamu, sujudlahkamu, sembahlah  
Tuhanmu dan perbuatlah kebajikan, supaya kamu mendapatkan  
kemenangan”.

(Q.S. Al-Hajj : 77)

## PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

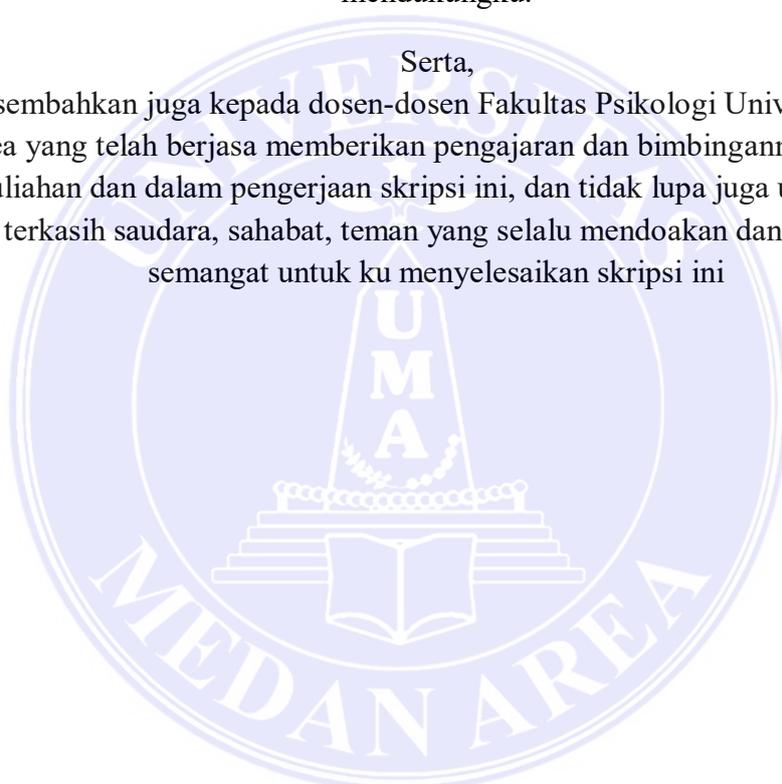
Terima kasih dan rasa syukur kepada Allah Subhanahu WaTa'ala yang telah memberikan kedua orang tua yang sangat menyayangiku dan mencintaiku.

Kupersembahkan karya tulis ini untuk :

Ayah dan Ibu yang tulus menyayangiku. Dan seluruh keluarga yang selalu mendukungku.

Serta,

Ku persembahkan juga kepada dosen-dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah berjasa memberikan pengajaran dan bimbingannya selama perkuliahan dan dalam pengerjaan skripsi ini, dan tidak lupa juga untuk orang-orang terkasih saudara, sahabat, teman yang selalu mendoakan dan memberikan semangat untuk ku menyelesaikan skripsi ini



## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya berupa kelancaran, kemudahan, pengalaman, kekuatan, serta kesabaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya dan mampu bertahan pada setiap kendala maupun cobaan yang dihadapi selama penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam penulisan ini tidak akan dapat berjalan dengan baik tanpa dukungan dan bimbingan serta bantuan dari berbagai pihak. Untuk kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih setulusnya dengan segala kerendahan hati kepada :

1. Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim Universitas Medan Area.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramadan. M. Eng, M.Sc, selaku Rektor Universitas Medan Area yang telah memberikan pengarahan yang baik untuk kami sebagai mahasiswa dalam menimba ilmu.
3. Bapak Hasanuddin, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Dra.Mustika Tarigan, M.Psi selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan bimbingan, saran dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

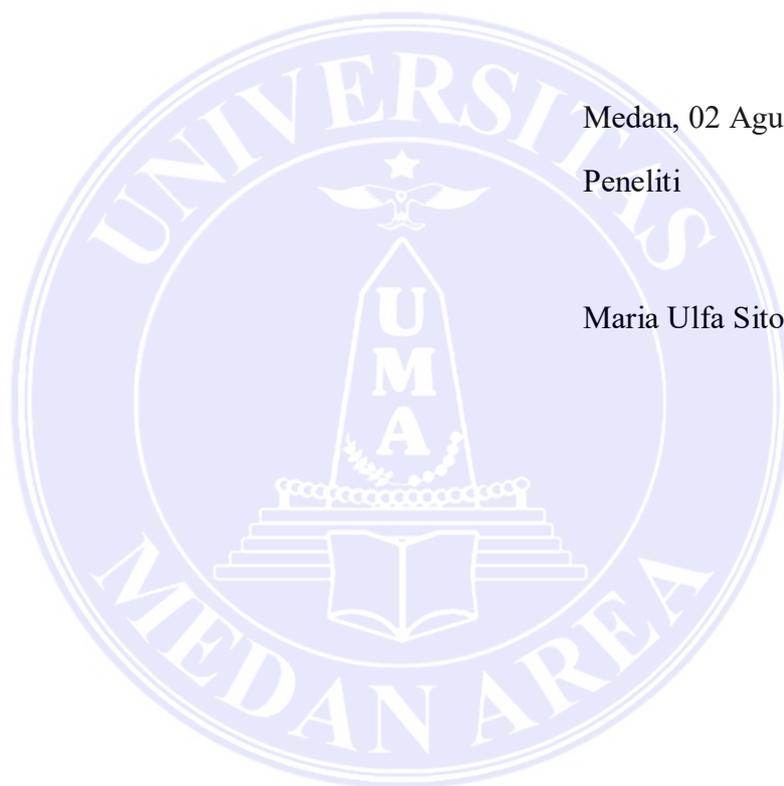
5. Bapak Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si, selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa  
  
memberikan bimbingan, saran dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini,  
  
sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, selaku ketua penguji. Terima kasih  
  
atas segala kritik, masukan, bimbingan dan saran yang telah diberikan  
  
guna membuat penelitian ini menjadi lebih baik.
7. Ibu Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Si, Psikolog, selaku sekretaris penguji.  
  
Terima kasih atas segala kritikan, masukan, bimbingan dan saran yang  
  
telah diberikan guna membuat penelitian ini menjadi lebih baik.
8. Ibu Dinda Permatasari Harahap, M.Si, Psikolog, selaku ketua jurusan  
  
Psikologi Perkembangan yang telah membantu melancarkan urusan  
  
administrasi berkas-berkas saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Orang tua tercinta, Kepada ayahanda H. Jahidin Sitompul, terima kasih  
  
atas doa, semangat, yang selalu diberikan. Semoga papa selalu diberi  
  
kesehatan dan umur yang panjang untuk melihat saya sukses.
10. Untuk Ibundaku tercinta dan tersayang yaitu Ibunda Hj. Musni Neng Wati Saragih,  
  
terimakasih atas do'a, dukungan, semangat, bantuan dalam segala bentuk  
  
yang diberikan, terimakasih untuk kasih sayang yang tak terhingga yang  
  
telah mama berikan untuk saya. Semoga mama selalu diberikan kesehatan  
  
dan umur yang panjang untuk melihat saya sukses.
11. Abang/Kakak Dafin Sitompul, Daham Sitompul, Adel Sitompul, Balqis  
  
Sitompul, Yusni Ritonga dan Yeni. Terima kasih atas segala dukungan  
  
yang diberikan dalam pengerjaan skripsi ini dari awal sampai sekarang.

12. Untuk seluruh keluarga terima kasih atas segala hal yang diberikan seama ini, saya bersyukur bisa menjadi bagian dari keluarga yang sangat mendukung.
13. Sahabatku Dwi anjar wati, Samirah, Ummul Chairi, Nawal Balatif, Aneke Tri Ramadani dan Widya Astuti. Terima kasih atas semangat, doa dan kebersamaan kita selama ini.
14. Untuk sahabatku Ade Novi, Nur Azijah, dan Dedek. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, bantuan dan sarannya selama ini. Semoga kebaikan kalian dibalas oleh Allah SWT.
15. Orang teristimewa Dicky Rahmadani, S.AB, terima kasih sudah memberi dukungan dalam bentuk perhatian dan waktu dan segala hal yang kita lakukan.
16. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2015, terima kasih atas kebersamaan yang sudah kita lalui selama ini semoga pertemanan terus terjalin.
17. Kepada pihak Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang terima kasih telah memberikan izin kepada saya untuk melaksanakan penelitian ini. Serta seluruh Lansia yang bersedia menjadi sample penelitian dan membantu saya mengisi angket. Terima kasih atas kerja samanya.
18. Para Dosen dan seluruh staff pegawai Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terima kasih atas segala ilmu yang diberikan semoga kelak bermanfaat dan sebagai bekal untuk dikemudian hari dan juga sangat membantu saya dalam mempersiapkan segala berkas yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak

disebut oleh penulis, yang telah membantu dan memberikan perhatian lebih

terhadap proses penyelesaian skripsi ini. Penulis telah berupaya seoptimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, meskipun demikian penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Wassalam



Medan, 02 Agustus 2022

Peneliti

Maria Ulfa Sitompul

## Hubungan Interaksi Sosial Dengan *Happiness* Pada Lansia Di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang

MARIA ULFA SITOMPUL

NPM : 15 860 0352

### Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji secara empiris mengenai Hubungan Interaksi Sosial Dengan *Happiness*. Sejalan dengan landasan teori, maka diajukan hipotesa yang berbunyi ada hubungan positif antara interaksi sosial dengan *happiness* pada lansia. Dimana Semakin tinggi interaksi sosial maka semakin tinggi pula *happiness*. Sebaliknya, semakin rendah interaksi sosial maka semakin rendah pula *happiness*. Penelitian ini melibatkan 46 lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang sebagai subjek penelitian. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument skala likert untuk skala interaksi sosial dan *happiness*. Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil terdapat hubungan positif antara interaksi sosial dengan *happiness*. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi, dimana  $r_{xy} = 0.472$  ;  $p = 0.000 < 0.05$ . Nilai koefisien determinasi (*R square*) penelitian dengan nilai sebesar 0.227. Dapat diartikan bahwa variabel interaksi sosial mempengaruhi *happines* sebesar 22,7%, sedangkan sisanya 77,3% disebabkan oleh faktor-faktor lainnya, seperti faktor uang, pernikahan, kesehatan, agama, usia, pendidikan, kekuatan karakter, kepuasan terhadap masa lalu, dan kebahagiaan pada masa sekarang (Seligmen, 2005).

**Kata Kunci : Interaksi Sosial, *Happiness*, Lansia**

***Correlation Of Social Interaction with Happiness in the Elderly At Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang***

**MARIA ULFA SITOMPUL  
NPM : 15 860 0352**

***Abstract***

*This research is a quantitative study that aims to test empirical data regarding Correlation Of Social Interaction with Happiness. In line with the theoretical foundation, a hypothesis is proposed that says there is a positive correlation between of social interaction with happiness in the elderly. Where the higher the social interaction, the higher the happiness. Conversely, the lower the social interaction, the lower happiness. This study involved 46 elderly at Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang as a research subject. Sampling is done by purposive sampling technique. This study uses the Likert scale instrument to scale social interaction with happiness. Based on data analysis, it was found that there was a positive relationship between social interaction and happiness. This result is evidenced by the correlation coefficient, where  $r_{xy} = 0.472$ ;  $p = 0.000 < 0.05$ . The coefficient of determination (R square) of the study was 0.227. It can be interpreted that the variable social interaction affects the happiness by 22.7%, while the remaining 77.3% is caused by other factors, such as money, marriage, health, religion, age, education, character strength, satisfaction with the past, and happiness in the present (Seligmen, 2005).*

***Keywords: Social Interaction, Happiness, Elderly***

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL SAMPUL DEPAN</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	v
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	vi
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	vii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>ABSTRACT</b> .....	xiv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xix
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xx
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	12
C. Batasan Masalah .....	14
D. Rumusan Masalah .....	14
E. Tujuan Penelitian .....	14
F. Manfaat Penelitian .....	15
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	16
A. Lanjut Usia .....	16
1. Pengertian Lanjut Usia .....	16

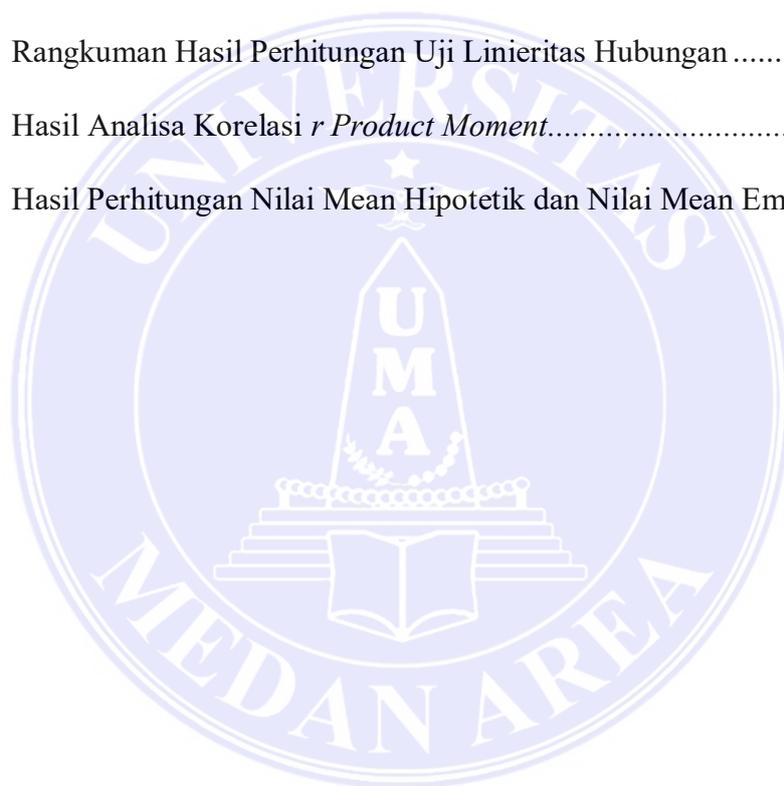
2. Karakteristik Lansia.....	17
3. Proses Menjadi Lansia.....	18
4. Permasalahan Yang Terjadi Pada Lansia .....	19
5. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia.....	21
6. Tugas Perkembangan Lansia .....	27
<b>B. Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....</b>	<b>29</b>
1. Pengertian Kebahagiaan ( <i>Happiness</i> ).....	29
2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Happiness</i> .....	31
3. Ciri-ciri <i>Happiness</i> .....	35
4. Aspek-aspek <i>Happiness</i> .....	37
<b>C. Interaksi Sosial .....</b>	<b>39</b>
1. Pengertian Interaksi Sosial .....	39
2. Faktor-faktor Interaksi Sosial.....	41
3. Ciri-ciri Interaksi Sosial.....	43
4. Aspek-aspek Interaksi Sosial .....	44
<b>D. Hubungan Interaksi Sosial Dengan <i>Happiness</i> Pada Lansia .....</b>	<b>45</b>
<b>E. Kerangka Konseptual.....</b>	<b>48</b>
<b>F. Hipotesis.....</b>	<b>48</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>49</b>
A. Tipe Penelitian .....	49
B. Identifikasi Variabel .....	50
C. Definisi Operasional .....	50
D. Subjek Penelitian.....	51
1. Populasi Penelitian .....	51
2. Sampel Penelitian .....	51
<b>UNIVERSITAS MEDAN AREA Metode Pengumpulan Data .....</b>	<b>52</b>

F. Analisis Data.....	54
1. Validitas Alat Ukur.....	54
2. Reabilitas Alat Ukur.....	54
3. Uji Normalitas dan Linieritas.....	55
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>57</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	57
B. Persiapan Penelitian.....	58
1. Tahap Observasi dan Administrasi.....	57
2. Perijinan Penelitian.....	57
3. Persiapan Instrumen Penelitian.....	58
C. Pelaksanaan Penelitian.....	60
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	60
1. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	60
2. Uji Asumsi.....	63
a. Uji Normalitas Sebaran.....	63
b. Uji Linieritas Hubungan.....	64
3. Uji Hipotesa.....	65
4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	66
a. Mean Hipotetik.....	66
b. Mean Empirik.....	67
c. Kriteria.....	67
E. Pembahasan.....	68
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>72</b>
A. Simpulan.....	72
B. Saran.....	73

## DAFTAR TABEL

Tabel :

1. Distribusi Penyebaran Skala Interaksi Sosial Sebelum Uji Coba .....	58
2. Distribusi Penyebaran Skala <i>Happiness</i> Sebelum Uji Coba.....	59
3. Distribusi Penyebaran Skala <i>Happiness</i> Setelah Uji Coba.....	61
4. Distribusi Penyebaran Skala Interaksi Sosial Setelah Uji Coba .....	62
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran .....	63
6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan .....	64
7. Hasil Analisa Korelasi <i>r Product Moment</i> .....	65
8. Hasil Perhitungan Nilai Mean Hipotetik dan Nilai Mean Empirik.....	68



## DAFTAR LAMPIRAN

### LAMPIRAN A ALAT UKUR

Skala <i>Happiness</i> .....	78
Skala Interaksi Sosial.....	81

### LAMPIRAN B DATA PENELITIAN

Data <i>Happiness</i> .....	84
Data Interaksi Sosial. ....	86

### LAMPIRAN C UJI VALIDITAS, RELIABILITAS DAN UJI DAYA BEDA

<i>Happiness</i> .....	89
Interaksi Sosial. ....	91

### LAMPIRAN D UJI ASUMSI NORMALITAS DAN LINIERITAS

Uji Normalitas .....	93
Uji Linieritas .....	94

### LAMPIRAN E UJI HIPOTESA

E-1 Uji Empirik dan Uji Analisis Data <i>Product Moment</i> .....	97
-------------------------------------------------------------------	----

### LAMPIRAN F SURAT IZIN PENELITIAN

Surat Pengantar Universitas Medan Area .....	98
Surat Selesai Penelitian.....	99

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki beberapa fase kehidupan. Salah satunya yaitu fase lanjut usia. Lanjut usia merupakan tahap akhir dari proses penuaan yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia. Papalia (2015) menyatakan ilmuwan sosial yang memiliki spesialisasi dalam mempelajari proses penuaan membagi tiga kelompok lansia yaitu: lansia muda, lansia tua, dan lansia tertua. Secara kronologis, lansia muda merujuk pada orang berusia 65 sampai 74 tahun. Lansia tua berusia antara 75 sampai 84 tahun, dan lansia tertua berusia 85 tahun ke atas sampai akhir kehidupan.

Menurut Kiik, dkk (2018), lansia muda merupakan lansia yang masih mampu berjalan walau memakai alat bantu, masih memiliki pendengaran yang cukup baik dan masih dapat melihat serta membaca. Menurut Lucky Ade Sessiani (2018), dalam jurnal studi gender, meneliti tentang lansia yang hidup sendiri pasca kematian pasangan hidupnya, terjadi baik pada lansia laki-laki maupun perempuan. Mereka memilih hidup sendiri sebagian besar karena alasan tidak mau merepotkan anak-anaknya yang sudah berkeluarga. Mereka tidak ingin menjadi beban bagi anak-anaknya, apalagi harus mengurus mereka dimasa tua. Ada juga sebagian dari mereka yang tidak mau meninggalkan kampung halaman

untuk ikut anak-anak mereka tinggal di kota. Hal itulah yang membuat mereka lebih memilih tinggal sendiri dan tidak ikut dengan anak-anaknya.

Lansia pada penelitian ini adalah lansia muda yang berumur 65 sampai 74 tahun. Peneliti tertarik untuk mengambil lansia yang berstatus janda untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini karena menurut Jhon Grey (dalam Tarigan, 2015) hidup sebagai janda merupakan hal yang sulit, disatu sisi mereka harus bertanggung jawab untuk menjadi orang tua tunggal bagi anak-anaknya dan di sisi lain mereka merasakan beban psikologis dari masyarakat yang umumnya menganggap kehidupan menjanda sebagai hal negatif. Status janda dapat mempengaruhi hubungannya dengan masyarakat, dalam hal ini status janda cenderung banyak dirugikan, karena setiap perilaku dan gerak-geriknya selalu menjadi sorotan masyarakat. Setiap perempuan yang menyandang status janda sering kali dirudung rasa takut, rasa malu, dan enggan untuk bersosialisasi dengan masyarakat lainnya. Berkaitan dengan hal tersebut, Hurlock (1980) juga menjelaskan bahwa bagi perempuan yang diceritakan akan lebih banyak menerima masalah sosial mulai dari dikucilkan dari kegiatan sosial, tetapi lebih buruk lagi, ia seringkali kehilangan teman lamanya.

Karena fisiknya, kehidupan sosialnya pun berkurang. Pada masa lansia biasanya keadaan fisiknya sudah jauh menurun dari periode perkembangan sebelumnya. Menurut Desmita (2009), pada masa tua atau dewasa akhir, sejumlah perubahan pada fisik semakin terlihat sebagai akibat dari proses penuaan. Diantara

perubahan-perubahan fisik yang paling kentara pada masa tua ini terlihat pada perubahan seperti rambut menjadi jarang dan berubah, kulit mengering dan mengerut, gigi hilang dan gusi menyusut, konfigurasi wajah berubah; tulang belakang menjadi bungkuk. Kekuatan dan ketangkasan fisik berkurang, tulang-tulang menjadi rapuh, mudah patah dan lambat untuk dapat diperbaiki kembali. Sistem kekebalan tubuh melemah, sehingga orang tua rentan terhadap berbagai penyakit, seperti kanker dan radang paru-paru.

Selain keadaan fisik, menurut Patmonodewo (2001) kondisi psikologis adalah bagian tidak terpisahkan dari kehidupan dalam (*inner life*) seseorang manusia, termasuk lansia. Faktor emosional erat kaitannya dengan kesehatan mental lansia. Pada Lansia permasalahan psikologis terutama muncul bila lansia tidak berhasil menemukan jalan keluar masalah yang timbul sebagai akibat dari proses menua. Rasa tersisih, rasa tidak di butuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru seperti penyakit yang tidak kunjung sembuh, kematian pasangan, merupakan sebagian kecil dari keseluruhan “ketidakenakan” yang harus dihadapi lansia. Depresi, *post power sindrom*, *the empty nest* adalah permasalahan yang makin memberatkan kehidupan lansia.

Kepada lansia sering dianjurkan agar dia mampu menghadapi berbagai persoalan dengan sikap enteng hingga dia tak merasa terdesak untuk mengubah orientasi kehidupan yang selama ini sering juga diikutinya. Menurut Hardywinoto & Setiabudhi (1999), berbagai permasalahan yang dihadapi lanjut usia pada

kehidupan sosialnya seperti : berkurangnya integrasi sosial usia lanjut, akibat produktivitas dan kegiatan usia lanjut menurun. Hal ini berpengaruh negatif pada kondisi sosial mereka yang merasa sudah tidak diperlukan lagi oleh masyarakat lingkungan sekitarnya. Berubahnya nilai sosial masyarakat yang mengarah kepada tatana masyarakat yang individualistik, sehingga lanjut usia kurang dihargai dan dihormati serta mereka tersisih dari kehidupan masyarakat dan menjadi terlantar.

Melihat berbagai uraian mengenai lanjut usia, setiap lansia menginginkan ada yang memperhatikan menjaga dan merawatnya agar kesehatannya tetap terjaga. Orang lanjut usia, bagaimanapun memerlukan kasih sayang, afeksi, dan interaksi sosial seperti orang pada umumnya. Jika pasangan hidup meninggal, kebutuhan-kebutuhan ini akan sulit dipenuhi. Dalam penelitian ini perempuan lebih banyak menyatakan dirinya mengalami kesepian dibandingkan laki-laki. Kondisi yang menjanda terlebih pada janda akibat ditinggal mati, hal ini dapat mengakibatkan lansia kurang mendapatkan dukungan sosial dan menghindari kontak sosial.

Pada dasarnya setiap manusia ingin hidup bahagia, demikian pula lansia yang ingin merasakan kebahagiaan di hari tuanya. Hurlock (2002) menyatakan kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan individu terpenuhi. Kebahagiaan merupakan keadaan psikologis yang ditandai dengan tingginya kepuasan hidup, seperti perasaan senang. Kebahagiaan tidak hanya dilihat secara

obyektif, tapi kebahagiaan juga bisa di lihat secara subyektif, bahagia itu tergantung dari seberapa besar seseorang mampu mengukur dan menciptakan kebahagiaan menurut dirinya sendiri. Kebahagiaan pada lansia akan meningkat ketika lansia bisa mendapatkan perhatian, dan pelayanan untuk bisa meningkatkan kualitas hidup lansia agar bisa berjalan dengan baik dan hal ini menjadikan mereka memiliki kebahagiaan dan perasaan yang optimis dalam menjalani hidup. Seligman (2005) juga mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah suatu konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali atau yang disukai individu.

Fuad (2015) menjelaskan bahwa kebahagiaan (*happiness*) dapat diidentifikasi secara objektif kedalam 4 ciri kebutuhan yang membuat seseorang merasakan bahagia (*happiness*) yaitu : terpenuhinya kebutuhan fisiologis (material) misalnya: makanan, minum, pakaian, kendaraan, rumah, kehidupan seksual, dan kesehatan fisik. Terpenuhinya kebutuhan psikologis (emosional) misalnya: adanya perasaan tenteram, damai, nyaman, dan aman serta tidak menderita konflik batin, depresi, kecemasan, frustrasi. Dan terpenuhinya kebutuhan spiritual, misalnya: mampu melihat seluruh episode kehidupan dari perspektif makna hidup yang lebih luas, beribadah, dan memiliki keimanan kepada Tuhan. Serta terpenuhinya kebutuhan sosial, misalnya: memiliki hubungan

yang harmonis dengan orang-orang disekelilingnya, terutama keluarga, saling menghormati, mencintai, dan menghargai.

Dan sebaliknya ciri-ciri ketidakbahagiaan bisa dilihat dari tidak terpenuhinya kebutuhan fisiologis, seperti kurangnya perekonomian individu yang menyebabkan individu tersebut harus selalu memikirkan kehidupan kedepannya untuk bisa membeli bahan makanan pokok, dan membayar uang kontrakan bagi individu yang tidak memiliki tempat tinggal tetap. Dan ketidakbahagiaan juga bisa dilihat dari tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis seperti memiliki ketakutan, perasaan yang terancam, memiliki kecemasan dan kesedihan yang berkepanjangan. Ketidakbahagiaan juga berdampak pada tidak terpenuhinya kebutuhan spiritual, individu yang tidak memiliki kedekatan dengan Tuhan akan memandang hidup dalam perspektif yang lebih sempit dan mudah mengambil jalan pintas dalam menyelesaikan masalah, dan ketidakbahagiaan juga bisa dilihat dari tidak terpenuhinya kebutuhan sosial, individu yang tidak menjalin hubungan yang baik dengan sekelilingnya akan mudah merasakan ketidakbahagiaan, karena tidak bisa dipungkiri bahwa didalam hidup ini kita membutuhkan bantuan seseorang.

Fenomena rendahnya kebahagiaan terdapat juga pada lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tigan, Kecamatan Galang, yaitu lansia yang tidak memiliki suami atau berstatus janda. Lansia tersebut masih baik alat indra meski ada beberapa yang menggunakan alat bantu, seperti alat dengar, kursi roda, dan lainnya. Para

lansia masih bisa diajak berkomunikasi dengan baik dan bisa membaca serta mudah memahami apa sedang dibicarakan. Lansia disini merasakan kehilangan pasangan hidup akibat perceraian atau kematian yang membuat seseorang menyangang status baru sebagai janda. Para lansia disini mengharuskan dirinya untuk hidup mandiri dengan mengurus semua keperluan mereka sendiri, bahkan untuk memenuhi kebutuhan pangan setiap hari. Hal inilah yang membuat lansia disini semakin merasa sedih, tidak bahagia dan kesepian karena tidak adanya teman atau pasangan yang dapat diajak berbicara menceritakan semua hal yang mereka rasakan.

Berdasarkan hasil observasi dan data yang diperoleh di Desa Nogo Rejo Dusun Tigan, Kecamatan Galang bahwa lansia yang tidak memiliki suami atau berstatus janda ini lebih cenderung merasakan kesedihan dan kesepian. Karena mereka sudah tidak memiliki pasangan lagi sebagai teman berbagi keluh kesah, tidak bisa berbagi cerita tentang apa yang sedang mereka rasakan, seperti penyakit yang sedang diderita dan juga tidak ada yang memperhatikan serta mengurus mereka ketika sakit. Dan umumnya kebanyakan lansia di desa tersebut memiliki perekonomian yang rendah, sehingga membuat lansia di desa tersebut sulit untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, walau sekadar ingin membeli sandang pangan sehari-hari. Para lansia harus menunggu pemberian dari anak-anak mereka yang kebanyakan tinggal jauh dari mereka dan terkadang menunggu belas kasihan dari

para tetangga sekitar, yang membuat para lansia tersebut sedih dan merasa tidak bahagia.

Adapun lansia di desa tersebut kurang memiliki religiusitas, hal ini terlihat dari para lansia yang tidak pernah mengikuti kegiatan-kegiatan agamis, seperti perkumpulan wirit, dan pengajian mingguan. karena lansia tersebut merasa minder dengan warga sekitar yang tidak dianggap keberadaannya. Pentingnya peranan keluarga dan lingkungan sekitar bisa membantu mewujudkan kebahagiaan dalam diri lansia. Dan hal ini tidak didapatkan oleh lansia yang berada di Dusun Tiga Desa Naga Rejo, Kecamatan Galang yang mana lansia disana mengalami penurunan yang mengakibatkan lansia secara perlahan menarik diri dari lingkungan sekitarnya. Kebanyakan masyarakat menganggap orang berusia lanjut tidak begitu dibutuhkan karena energinya sudah melemah, tetapi ada juga masyarakat yang masih menghormati orang yang berusia lanjut terutama yang dianggap berjasa bagi masyarakat sekitar, seperti tokoh agama.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*) pada lansia, salah satunya pada faktor eksternal yaitu, kehidupan sosial (Seligmen, 2005). Kehidupan sosial menemukan bahwa orang paling bahagia, sedang terlibat dalam hubungan yang romantis. Orang-orang yang sangat bahagia cenderung untuk menghabiskan waktu dengan berinteraksi dan bersosialisasi bukan dengan menghabiskan waktu dengan menyendiri. Hal ini sejalan dengan definisi interaksi sosial menurut Soekanto, (dalam Indriany 2014) interaksi sosial merupakan kunci

semua kehidupan sosial. Dengan tidak adanya komunikasi ataupun interaksi antar satu sama lain maka tidak mungkin ada kehidupan bersama. Jika hanya fisik yang saling berhadapan antara satu sama lain, tidak dapat menghasilkan suatu bentuk kelompok sosial yang dapat saling berinteraksi. Maka dari itu dapat diasumsikan bahwa interaksi sosial merupakan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*).

Sangat diperlukan adanya hubungan interaksi sosial yang baik antara lansia yang tidak memiliki suami ini dengan lingkungan disekitarnya, karena interaksi sosial merupakan hal yang sangat mendasar didalam kehidupan manusia (Sears, 1991). Interaksi sosial adalah hubungan antar sesama manusia dalam suatu lingkungan masyarakat, yang menciptakan satu keterikatan kepentingan yang menciptakan status sosial. Juga dapat diartikan sebagai hubungan sosial dinamis yang menyangkut hubungan orang perorangan antar kelompok-kelompok manusia maupun antara orang-orang perorangan dengan kelompok manusia (Mubaraq, 2009).

Menurut Hamka, (dalam Sanjaya & Rusdi 2013) umumnya lansia mengalami penurunan dalam melakukan interaksi sosial. Semakin bertambah usia menyebabkan penurunan interaksi sosial sehingga lansia akan merasakan kesulitan dalam bersosialisasi. Interaksi sosial pada lansia sangat penting dilakukan yang dijelaskan pada penelitian Widodo & Aniroh, (dalam Fitriyadewi & Suarya, 2016) yang menunjukkan bahwa interaksi sosial yang dilakukan lansia

dapat mencegah depresi pada lansia. Interaksi sosial yang dilakukan lansia akan menimbulkan perasaan bahagia karena berkurangnya kondisi terisolir, dan lansia merasa berguna. Ciri-ciri interaksi sosial tinggi yang dilakukan lansia adalah berkomunikasi dengan banyak teman atau relasi dan memiliki aktivitas untuk mengisi waktu luang sehingga lansia akan merasa berguna dalam menjalani hidup. Kehidupan lanjut usia senantiasa membutuhkan komunikasi dan interaksi dengan orang lain. Ciri-ciri interaksi sosial rendah pada lansia dapat dilihat dari menurunnya derajat kesehatan dan kemampuan fisik akan mengakibatkan lansia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar. Hal ini dapat menyebabkan interaksi sosial menurun (Hardywinoto & Setiabudi, 2005).

Interaksi sosial juga berdampak terhadap kehidupan kejiwaan lanjut usia. Kejiwaan yang sehat apabila hubungan dengan sesama tercipta dan berjalan dengan baik. Keadaan kejiwaan yang sehat dapat terpenuhi melalui hubungan yang memuaskan dengan sesama (Sarwono, 2002). Interaksi sosial pada lansia dijelaskan oleh Schulz & Allen (1997) melalui teori panjang umur berdasarkan jaringan sosial bahwa interaksi sosial memiliki pengaruh yang tinggi terhadap kesehatan dan usia lanjut. Rendahnya interaksi sosial lanjut usia dapat berdampak pada perasaan terisolir, perasaan tidak berguna sehingga lanjut usia menyendiri atau mengalami isolasi sosial. Kaplan dan Saddock (1997) menyatakan bahwa seseorang yang menginjak lanjut usia akan semakin meningkat perasaan isolasinya dan kondisi ini rentan terhadap tingkat kesehatannya.

Interaksi sosial pada lansia lakukan sangat penting seperti penelitian yang dilakukan oleh Fitriyadewi & Suarya (2016) yang menunjukkan bahwa interaksi sosial yang dilakukan lansia dapat mencegah depresi pada lansia dan akan menimbulkan perasaan bahagia karena berkurangnya kondisi terisolir serta lansia merasa berguna. Lansia yang melakukan interaksi sosial memiliki banyak teman atau relasi dan memiliki aktivitas untuk mengisi waktu luang sehingga lansia akan merasa berguna dalam menjalani hidup. Seseorang yang jarang berinteraksi dengan orang lain mungkin akan memiliki kecenderungan untuk merasa kesepian dan perasaan tidak diterima oleh lingkungannya. Hal ini disebabkan karena orang tersebut akan terus menyimpan beban kehidupannya seorang diri tanpa bisa berbagi dengan orang lain, terlepas dari orang tersebut memiliki kecenderungan introvert ataupun ekstrovert.

Setelah kita melihat uraian diatas, dapat kita ketahui bahwa fenomena yang terjadi Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang, para lansia disini kurang mendapatkan motivasi dari orang-orang sekitar. Kurangnya komunikasi dengan keluarga dan masyarakat sekitar membuat para lansia merasa kurang percaya diri dan lebih sering menarik diri dari lingkungan sekitar. Karena merasa sudah tua dan tidak lagi bisa membantu orang lain. Interaksi yang dilakukan para lansia dengan orang sekitar juga cenderung jarang dilakukan. Para lansia lebih sering menyendiri dirumah dan tidak berbaur dengan orang-orang sekitar. Hal ini juga

dikarenakan keterbatasan mereka, yang sudah sulit berjalan dan tidak memiliki energi lebih lagi untuk mengikuti banyak kegiatan sosial dilingkungan sekitar.

Melihat fenomena yang terjadi Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang dan didukung oleh hasil wawancara interpersonal pada salah satu lansia di dusun tersebut, dimana pernyataannya adalah sebagai berikut:

*“Saya jarang keluar rumah dan bicara dengan orang-orang di sekitar sini, makanya kadang saya merasa kesepian dan tidak menemukan kebahagiaan saya. Saya tidak sering juga interaksi dengan siapapun disini karena merasa sudah tua, nanti malah mengganggu mereka kalau saya ajak bicara.” (HS, Oktober 2019)*

*“Kek ngene lah nduk, namanya nenek wes tuek idupe dewean ae nduk, gak eneng bojo, mau kemana-mana juga susah duite pas-pasan, eneng buat mangan ae wes alhamdulillah, mau keluar duduk sama konco-konco yang lain pun nenek malu karena jalan aja udah payah” (AT, Oktober 2019)*

Berdasarkan uraian, observasi dan wawancara yang telah dilakukan diatas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul ***Hubungan Interaksi Sosial Dengan Happiness Pada Lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga , Kecamatan Galang.***

## **B. Identifikasi Masalah**

Kebahagiaan merupakan keadaan psikologis yang ditandai dengan tingginya kepuasan hidup, seperti perasaan senang. Kebahagiaan tidak hanya dilihat secara obyektif, tapi kebahagiaan juga bisa di lihat secara subyektif, bahagia itu tergantung dari seberapa besar seseorang mampu mengukur dan menciptakan kebahagiaan menurut dirinya sendiri.

Kebahagiaan (*happiness*) dapat diidentifikasi secara objektif kedalam 4 ciri kebutuhan yang membuat seseorang merasakan bahagia (*happiness*) yaitu: terpenuhinya kebutuhan fisiologis (material) misalnya: makanan, minum, pakaian, kendaraan, rumah, kehidupan sexual, dan kesehatan fisik. Terpenuhinya kebutuhan psikologis (emosional) misalnya: adanya perasaan tenteram, damai, nyaman, dan aman serta tidak menderita konflik batin, depresi, kecemasan, frustrasi. Dan terpenuhinya kebutuhan spiritual, misalnya: mampu melihat seluruh episode kehidupan dari perspektif makna hidup yang lebih luas, beribadah, dan memiliki keimanan kepada Tuhan. Serta terpenuhinya kebutuhan sosial, misalnya: memiliki hubungan yang harmonis dengan orang-orang disekelilingnya, terutama keluarga, saling menghormati, mencintai, dan menghargai. Dan apabila keempat ciri kebutuhan diatas dapat dipenuhi secara seimbang, dapat dipastikan bahwa seseorang akan merasakan kebahagiaan hidup. Dan sebaliknya ciri-ciri ketidakbahagiaan yaitu: materi tidak terpenuhi, terlalu emosional, kurang mendekatkan diri pada tuhan, sulit berinteraksi, tidak bisa menghormati dan menghargai orang lain. Maka dikhawatirkan individu sulit merasakan adanya perasaan bahagia. Interaksi sosial sangat diperlukan karena dengan adanya interaksi sosial para lansia ini diharapkan mampu memiliki motivasi dan kepercayaan diri dalam menjalani hidup untuk bisa mencapai kehidupan yang bahagia (*happiness*).

### C. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini mengenai Interaksi Sosial dengan Kebahagiaan (*Happiness*), yang mana interaksi sosial merupakan hal yang sangat mendasar didalam kehidupan manusia, interaksi sosial terjadi karena manusia adalah makhluk sosial yang berinteraksi dengan manusia lainnya bukan hanya untuk mempertahankan hidupnya, melainkan juga untuk melakukan kegiatan lainnya. Sedangkan kebahagiaan (*happiness*) merupakan suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan, kenikmatan, atau kegembiraan yang intens. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 46 orang lansia yang memenuhi syarat untuk diteliti, yaitu lansia yang berusia 65-74 tahun dan yang tidak memiliki suami atau berstatus janda, sehingga hubungan interaksi sosial yang baik sangat diperlukan untuk bisa memberikan motivasi dan dukungan agar bisa mencapai kebahagiaan (*happiness*).

### D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada Hubungan Interaksi Sosial dengan *Happiness* pada lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang?”

### E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris tentang Hubungan Interaksi Sosial dengan *Happiness* pada Lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang.

## F. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan usaha pemahaman tentang Hubungan Interaksi Sosial dengan *Happiness* pada lansia, dan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu Psikologi Perkembangan.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran bagi masyarakat di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang mengenai Kebahagiaan (*happiness*) sehingga bisa memberikan suatu pandangan kepada lansia agar dapat menghadapi masa tuanya dengan perasaan bahagia dan optimis.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Lanjut Usia**

##### **1. Pengertian Lanjut Usia**

Usia lanjut adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Sebagaimana diketahui, ketika manusia mencapai usia dewasa, ia mempunyai kemampuan reproduksi dan melahirkan anak. Ketika kondisi hidup berubah, seseorang akan kehilangan tugas dan fungsi ini dan memasuki selanjutnya, yaitu usia lanjut, kemudian mati. Bagi manusia normal siapa orangnya, tentu telah siap menerima keadaan baru dalam setiap fase hidupnya dan mencoba menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungannya (Darmojo, 2004)

Lanjut usia menurut Hurlock (2013) merupakan periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode di mana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh manfaat. Usia lanjut adalah suatu yang harus diterima sebagai suatu kenyataan dan fenomena biologis. Kehidupan itu akan diakhiri dengan proses penuaan yang berakhir dengan kematian (dalam Hutapea, 2013).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lanjut usia adalah suatu proses bertambahnya usia dari masa muda ke masa yang lebih tua, di mana

seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, yang ditandai dengan berbagai perubahan biologis, fisik, dan sosial.

## 2. Karakteristik Lansia

Sedangkan Nugroho (2000) menyimpulkan pembagian umur berdasarkan pendapat beberapa ahli, bahwa yang disebut lanjut usia adalah orang yang telah berumur 65 tahun ke atas.

Menurut Setyonegoro (2000), lanjut usia dikelompokkan menjadi:

- a. Usia dewasa muda (elderly adulthood), atau 29 – 25 tahun,
- b. Usia dewasa penuh (middle years) atau maturitas, 25 – 60 tahun atau 65 tahun,
- c. Lanjut usia (geriatric age) lebih dari 65 tahun atau 70 tahun yang dibagi lagi dengan:
- d. 70 – 75 tahun (young old), 75 – 80 tahun (old),
- e. Lebih dari 80 (very old).

Penggolongan lansia menurut Depkes RI dikutip dari Azis (1994) menjadi tiga kelompok yakni:

- a. Kelompok lansia dini (55 – 64 tahun), merupakan kelompok yang baru memasuki lansia.
- b. Kelompok lansia (65 tahun ke atas).
- c. Kelompok lansia resiko tinggi, yaitu lansia yang berusia lebih dari 70 tahun

Ilmuwan sosial (dalam Papalia 2015) yang memiliki spesialisasi dalam mempelajari proses penuaan membagi tiga kelompok lansia, yaitu: lansia muda, lansia tua, dan lansia tertua. Secara kronologis, lansia muda merujuk pada orang berusia 65 sampai 74 tahun, yang biasanya masih aktif, sehat, dan masih kuat. Lansia tua berusia antara 75 sampai 84 tahun, dan lansia tertua berusia 85 tahun ke atas, lebih mungkin untuk menjadi rapuh dan renta serta mengalami kesulitan untuk mengatur kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa batas usia lansia dimulai dari masa penuh, lalu mencapai masa lanjut usia yang merujuk pada usia 65 tahun keatas.

### **3. Proses Menjadi Lansia**

Pada hakekatnya menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu masa anak, masa dewasa dan masa tua (Nugroho, 2000). Tiga tahap ini berbeda baik secara biologis maupun psikologis. Memasuki masa tua berarti mengalami kemunduran secara fisik maupun psikis. Kemunduran fisik ditandai dengan kulit yang mengendor, rambut memutih, penurunan pendengaran, penglihatan memburuk, gerakan lambat, kelainan berbagai fungsi organ vital, sensitivitas emosional meningkat dan kurang gairah.

Berkaitan dengan perubahan, kemudian Hurlock (2013) mengatakan bahwa perubahan yang dialami oleh setiap orang akan mempengaruhi minatnya terhadap perubahan tersebut dan akhirnya mempengaruhi pola hidupnya. Bagaimana sikap

yang ditunjukkan apakah memuaskan atau tidak memuaskan, hal ini tergantung dari pengaruh perubahan terhadap peran dan pengalaman pribadinya. Perubahan yang diharapkan oleh para lanjut usia adalah perubahan yang berkaitan dengan masalah peningkatan kesehatan, ekonomi/pendapatan dan peran sosial.

Berdasarkan uraian dari beberapa teori di atas dapat disimpulkan bahwa proses menjadi lansia itu merupakan proses yang alamiah ketika seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu masa anak-anak, masa dewasa, dan hingga mencapai masa tua, proses masa tua ditandai dengan berbagai kemunduran secara fisik dan psikis.

#### **4. Permasalahan Yang Terjadi Pada Lansia**

Masalah-masalah utama dan penyebab gangguan kepribadian pada masa usia lanjut adalah keterbatasan fisik yang sangat ketat, ketergantungan perasaan semakin kurang berguna, dan perasaan terisolasi. Pada masa usia lanjut ini biasanya akan menghadapi berbagai macam persoalan (Afrizal, 2018) menjelaskan diantaranya:

1. Penurunan kemampuan fisik, sehingga kekuatan fisik berkurang.
2. Aktivitas yang menurun.
3. Sering mengalami gangguan kesehatan yang menyebabkan mereka kehilangan semangat.

Hurlock (2004) menyebutkan beberapa masalah yang menyertai lansia yaitu:

- a. Ketidakberdayaan fisik yang menyebabkan ketergantungan pada orang lain
- b. Ketidakpastian ekonomi sehingga memerlukan perubahan total dalam pola hidupnya.
- c. Membuat teman baru untuk mendapatkan ganti mereka yang telah meninggal atau pindah.
- d. Mengembangkan aktifitas baru untuk mengisi waktu luang yang bertambah banyak.
- e. Belajar memperlakukan anak-anak yang telah tumbuh dewasa. Berkaitan dengan perubahan fisik, Hurlock mengemukakan bahwa perubahan fisik yang mendasar adalah perubahan gerak.

Setiabudhi, (1999) menyatakan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan pencapaian kesejahteraan lanjut usia, antara lain:

- a. Permasalahan umum
  - 1) Makin besar jumlah lansia yang berada di bawah garis kemiskinan.
  - 2) Makin melemahnya nilai kekerabatan sehingga anggota keluarga yang berusia lanjut kurang diperhatikan , dihargai dan dihormati.
  - 3) Lahirnya kelompok masyarakat industri.
  - 4) Masih rendahnya kuantitas dan kualitas tenaga profesional pelayanan lanjut usia.

- 5) Belum membudaya dan melembaganya kegiatan pembinaan kesejahteraan lansia.

b. Permasalahan khusus :

- 1) Berlangsungnya proses menua yang berakibat timbulnya masalah baik fisik, mental maupun sosial.
- 2) Berkurangnya integrasi sosial lanjut usia.
- 3) Rendahnya produktifitas kerja lansia.
- 4) Banyaknya lansia yang miskin, terlantar dan cacat.
- 5) Berubahnya nilai sosial masyarakat yang mengarah pada tatanan masyarakat individualistik.
- 6) Adanya dampak negatif dari proses pembangunan yang dapat mengganggu kesehatan fisik lansia.

Melihat uraian teori diatas dapat disimpulkan bahwa permasalahan-permasalahan yang terjadi pada lansia dapat dibedakan menjadi permasalahan umum dan permasalahan khusus, yang mana semua ini ditandai dari berbagai perubahan-perubahan yang terjadi di usia lanjut baik dari perubahan fisik maupun psikis, bahkan sampai kepada perubahan ekonomi.

## 5. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia

Semakin bertambahnya umur manusia, terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada diri manusia, tidak hanya perubahan fisik, tetapi juga kognitif, bahkan perasaan yang berdampak

pada perubahan mental, kesehatan psikososial dan penurunan fungsi seksual (dalam Azizah, 2011).

a. Perubahan Fisik

- 1) Sistem Indra, Sistem pendengaran; *Prebiakusis* (gangguan pada pendengaran) oleh karena hilangnya kemampuan (daya) pendengaran pada telinga dalam, terutama terhadap bunyi suara atau nada-nada yang tinggi, suara yang tidak jelas, sulit dimengerti kata-kata, 50% terjadi pada usia diatas 60 tahun.
- 2) Sistem Intergumen: Pada lansia kulit mengalami atropi, kendur, tidak elastis kering dan berkerut. Kulit akan kekurangan cairan sehingga menjadi tipis dan bercekak. Kekeringan kulit disebabkan *atropi glandula sebacea* dan *glandula sudoritera*, timbul pigmen berwarna coklat pada kulit dikenal dengan *liver spot*.
- 3) Sistem Muskuloskeletal, Perubahan sistem muskuloskeletal pada lansia antara lain sebagai berikut: jaringan penghubung (kolagen dan elastin). Kolagen sebagai pendukung utama kulit, tendon, tulang, kartilago dan jaringan pengikat mengalami perubahan menjadi bentangan yang tidak teratur.
- 4) Kartilago: jaringan kartilago pada persendian lunak dan mengalami granulasi dan akhirnya permukaan sendi menjadi rata, kemudian kemampuan kartilago untuk regenerasi berkurang dan degenerasi yang

terjadi cenderung kearah progresif, konsekuensinya kartilago pada persendiaan menjadi rentan terhadap gesekan.

- 5) Tulang: berkurangnya kepadatan tulang setelah di observasi adalah bagian dari penuaan fisiologi akan mengakibatkan osteoporosis lebih lanjut mengakibatkan nyeri, deformitas dan fraktur.
- 6) Otot: perubahan struktur otot pada penuaan sangat bervariasi, penurunan jumlah dan ukuran serat otot, peningkatan jaringan penghubung dan jaringan lemak pada otot mengakibatkan efek negatif.
- 7) Sendi: pada lansia, jaringan ikat sekitar sendi seperti tendon, ligament dan fasia mengalami penuaan elastisitas.
- 8) Sistem kardiovaskuler, Massa jantung bertambah, vertikel kiri mengalami hipertropi dan kemampuan peregangan jantung berkurang karena perubahan pada jaringan ikat dan penumpukan lipofusin dan klasifikasi Sa nude dan jaringan konduksi berubah menjadi jaringan ikat.
- 9) Sistem respirasi, Pada penuaan terjadi perubahan jaringan ikat paru, kapasitas total paru tetap, tetapi volume cadangan paru bertambah untuk mengompensasi kenaikan ruang rugi paru, udara yang mengalir ke paru berkurang. Perubahan pada otot, kartilago dan sendi torak mengakibatkan gerakan pernapasan terganggu dan kemampuan peregangan toraks berkurang.

- 10) Pencernaan dan Metabolisme, Perubahan yang terjadi pada sistem pencernaan, seperti penurunan produksi sebagai kemunduran fungsi yang nyata:
- Kehilangan gigi,
  - Indra pengecap menurun,
  - Rasa lapar menurun (sensitifitas lapar menurun),
  - Liver (hati) makin mengecil dan menurunnya tempat penyimpanan, berkurangnya aliran darah.
- 11) Sistem perkemihan, Pada sistem perkemihan terjadi perubahan yang signifikan. Banyak fungsi yang mengalami kemunduran, contohnya laju filtrasi, ekskresi, dan reabsorpsi oleh ginjal.
- 12) Sistem saraf, Sistem susunan saraf mengalami perubahan anatomi dan atropi yang progresif pada serabut saraf lansia. Lansia mengalami penurunan koordinasi dan kemampuan dalam melakukan aktifitas sehari-hari
- 13) Sistem reproduksi, Perubahan sistem reproduksi lansia ditandai dengan menciutnya ovary dan uterus. Terjadi atropi payudara. Pada laki-laki testis masih dapat memproduksi spermatozoa, meskipun adanya penurunan secara berangsur-angsur.

b. Perubahan Kognitif:

- 1) Memory (Daya ingat, Ingatan)
- 2) IQ (Intellegent Quocient)
- 3) Kemampuan Belajar (Learning)
- 4) Kemampuan Pemahaman (Comprehension)
- 5) Pemecahan Masalah (Problem Solving)
- 6) Pengambilan Keputusan (Deciission Making)
- 7) Kebijaksanaan (Wisdom)
- 8) Kinerja (Performance)
- 9) Motivasi

c. Perubahan mental:

Faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan mental:

- 1) Pertama-tama perubahan fisik, khususnya organ perasa.
- 2) Kesehatan umum
- 3) Tingkat pendidikan
- 4) Keturunan (hereditas)
- 5) Lingkungan
- 6) Gangguan syaraf panca indera, timbul kebutaan dan ketulian.
- 7) Gangguan konsep diri akibat kehilangan kehilangan jabatan.
- 8) Rangkaian dari kehilangan, yaitu kehilangan hubungan dengan teman dan famili.

- 9) Hilangnya kekuatan dan ketegapan fisik, perubahan terhadap gambaran diri, perubahan konsep diri.

d. Kesehatan Psikososial:

- 1) Kesepian

Terjadi pada saat pasangan hidup atau teman dekat meninggal terutama jika lansia mengalami penurunan kesehatan, seperti menderita penyakit fisik berat, gangguan mobilitas atau gangguan sensorik terutama pendengaran.

- 2) Duka cita (Bereavement), Meninggalnya pasangan hidup, teman dekat, atau bahkan hewan kesayangan dapat meruntuhkan pertahanan jiwa yang telah rapuh pada lansia. Hal tersebut dapat memicu terjadinya gangguan fisik dan kesehatan.

- 3) Depresi

Duka cita yang berlanjut akan menimbulkan perasaan kosong, lalu diikuti dengan keinginan untuk menangis yang berlanjut menjadi suatu episode depresi. Depresi juga dapat disebabkan karena stres lingkungan dan menurunnya kemampuan adaptasi.

- 4) Gangguan cemas, Dibagi dalam beberapa golongan: fobia, panik, gangguan cemas umum, gangguan stress setelah trauma dan gangguan obsesif kompulsif, gangguan-gangguan tersebut merupakan kelanjutan dari dewasa muda dan berhubungan dengan sekunder akibat penyakit

medis, depresi, efek samping obat, atau gejala penghentian mendadak dari suatu obat.

5) Parafrenia

Suatu bentuk skizofrenia pada lansia, ditandai dengan waham (curiga), lansia sering merasa tetangganya mencuri barang-barangnya atau berniat membunuhnya. Biasanya terjadi pada lansia yang terisolasi/diisolasi atau menarik diri dari kegiatan sosial.

6) Sindroma Diogenes, Suatu kelainan dimana lansia menunjukkan

penampilan perilaku sangat mengganggu. Rumah atau kamar kotor dan bau karena lansia bermain-main dengan feses dan urin nya, sering menumpuk barang dengan tidak teratur. Walaupun telah dibersihkan, keadaan tersebut dapat terulang kembali.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan yang terjadi pada usia lanjut meliputi perubahan fisik, kognitif, mental, perasaan dan perubahan kesehatan.

## 6. Tugas Perkembangan Lansia

Tugas perkembangan dimasa lanjut usia menurut Havighurst (dalam hurlock 2013) adalah:

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan
- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya penghasilan keluarga

- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes

Sedangkan menurut Havighust dan Duvall (dalam Hardhywinoto dan Setiabudi, 1999) menguraikan tujuh jenis tugas perkembangan (*development task*) selama hidup yang harus dilakukan oleh Usia Lanjut yaitu:

- a. Penyesuaian terhadap penurunan fisik dan psikis.
- b. Penyesuaian terhadap pensiun dan penurunan pendapatan.
- c. Menemukan makna kehidupan.
- d. Mempertahankan pengaturan hidup yang memuaskan.
- e. Menemukan kepuasan dalam hidup berkeluarga.
- f. Penyesuaian diri terhadap kenyataan akan meninggal dunia.
- g. Menerima diri sebagai seorang Lanjut usia.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan dimasa tua dimulai dari penyesuaian terhadap diri sendiri dengan menurunnya semua fungsi-fungsi kekuatan fisik serta kesehatan kemudian membentuk suatu keyakinan bahwasanya masa tua adalah masa yang terakhir dalam rentang kehidupannya.

## **B. Kebahagiaan (*Happiness*)**

### **1. Pengertian Kebahagiaan (*Happiness*)**

Terdapat beberapa definisi mengenai kebahagiaan (*happiness*) dari beberapa para ahli. Hurlock (2002) menyatakan kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan individu terpenuhi. Hurlock (2004) mengatakan bahwa kebahagiaan merupakan gabungan dari adanya sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*) dan prestasi (*achievement*). Sikap menerima orang lain dipengaruhi oleh sikap menerima diri sendiri dalam penyesuaian sosial dimana dalam penyesuaian sosial diperlukan adanya daya tarik fisik yang akan menimbulkan rasa cinta dan penerimaan dari orang lain, sedangkan cinta merupakan hasil sikap penerimaan orang lain di dalam lingkungan.

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan adalah keadaan psikologis yang positif dimana seseorang memiliki emosi positif berupa kepuasan hidup dan juga pikiran dan perasaan yang positif terhadap kehidupan yang dijalaninya. Emosi positif bisa tentang masa lalu, masa sekarang, atau masa depan, dengan mempelajari ketiga macam kebahagiaan ini, seseorang bisa menggerakkan emosi kearah yang positif dengan mengubah perasaan tentang masa lalu, cara berpikir tentang masa depan, dan cara menjalani masa sekarang. Kebahagiaan jangka panjang muncul meningkat sejalan dengan banyaknya emosi positif yang dialami seseorang pada saat mengingat masa lalu, menatap masa mendatang, dan menjalani

masa kini. Emosi positif tentang masa lalu mencakup kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan dan kedamaian. Seligman (2005) juga mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah suatu konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali atau yang disukai individu.

Menurut Seligman 2002 (dalam Hafiza & Mawarpury 2018) kebahagiaan adalah keadaan psikologis yang positif dimana seseorang memiliki emosi positif berupa kepuasan hidup dan juga pikiran dan perasaan yang positif terhadap kehidupan yang dijalannya. Emosi positif bisa tentang masa lalu, masa sekarang, atau masa depan, dengan mempelajari ketiga macam kebahagiaan ini, seseorang bisa menggerakkan emosi kearah yang positif dengan mengubah perasaan tentang masa lalu, cara berpikir tentang masa depan, dan cara menjalani masa sekarang. Kebahagiaan jangka panjang muncul meningkat sejalan dengan banyaknya emosi positif yang dialami seseorang pada saat mengingat masa lalu, menatap masa mendatang, dan menjalani masa kini. Emosi positif tentang masa lalu mencakup kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan dan kedamaian.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *Happiness* adalah suatu konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali atau yang disukai individu.

## 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Happiness*

Adapun faktor yang mempengaruhi happiness menurut Diener 2009 (dalam Fadhila 2018) melalui kajian meta analisisnya terhadap sejumlah penelitian, membagi faktor-faktor pendukung kebahagiaan kedalam dua kelompok, pertama faktor eksternal yang bersumber dari kemakmuran (wealth), pendidikan, agama, peristiwa hidup, aktivitas, kontak sosial dan kehidupan keluarga dan faktor internal yang bersumber dari kepribadian (jenis kelamin, gaya atribusi, tipe kepribadian, tempreman, harga diri, keyakinan diri, intelegensi dan kebutuhan-kebutuhan psikologis).

Menurut seligmen (2005) terdapat dua faktor yang mempengaruhi kebahagiaan individu, namun tidak semuanya memiliki pengaruh yang besar. Berikut ini adalah penjabaran dari faktor-faktor eksternal dan internal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan:

### a) Faktor eksternal

#### 1. Uang

Kondisi keuangan seseorang mempengaruhi terhadap kepuasan dan kebahagiaannya. Akan tetapi, tidak selalu bagi individu yang memiliki penghasilan yang banyak dan penghasilannya terus meningkat, juga diiringi kebahagiaan yang meningkat pula.

## 2. Pernikahan

Pernikahan lebih banyak mempunyai pengaruh terhadap kebahagiaan dari pada uang. Pusat riset Opini Nasional Amerika Serikat menyurvei 35.000 warga Amerika selama 30 tahun terakhir, 40% dari orang yang menikahi mengatakan “ sangat bahagia “ sedangkan 24% dari orang yang tidak menikah, bercerai, berpisah, dan ditinggal mati oleh pasangannya juga menyatakan bahagia.

## 3. Kehidupan sosial

Seligmen (2005) menemukan bahwa semua orang yang termasuk dalam 10% orang paling bahagia, sedang terlibat dalam hubungan yang romantis. Orang-orang yang sangat bahagia cenderung untuk menghabiskan waktu dengan berinteraksi dan bersosialisasi bukan dengan menghabiskan waktu dengan menyendiri.

## 4. Kesehatan

Kesehatan yang mapu mempengaruhi kebahagiaan adalah kesehatan yang bersifat subjektif. Persepsi subjektif individu terhadap seberapa sehat dirinya merupakan hal yang penting dalam hubungannya dengan kebahagiaan.

## 5. Agama

Hubungan sebab akibat antara agama dan hidup yang lebih sehat dan lebih pro masyarakat sudah menjadi hal yang banyak diketahui. Banyak

agama yang melarang penggunaan 31 narkoba, kesejahteraan dan persekingkuhan. Sebaliknya pula, malah mendorong untuk beramal, hidup sederhana dan bekerja keras.

#### 6. Usia

Sebuah studi mengenai kebahagiaan terhadap 60.000 orang dewasa di 40 negara membagi kebahagiaan ke dalam tiga komponen, yaitu kepuasan hidup, efek menyenangkan dan efek tidak menyenangkan. Kepuasan hidup yang meningkat perlahan seiring dengan usia, afek meyenangkan menurun sedikit, dan afek tidak menyenangkan tidak berubah.

#### 7. Pendidikan

Keempat hal ini memiliki pengaruh yang tidak cukup besar terhadap tingkat kebahagiaan individu. Pendidikan dapat sedikit meningkat pada individu yang berpenghasilan rendah, karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik. Iklim di daerah dimana individu tinggal dan ras juga tidak begitu memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan. Sedangkan gender, antara pria dan wanita tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada keadaan emosinya, 32 namun ini karena wanita cenderung lebih bahagia sekaligus lebih sedih dibandingkan pria.

## b) Faktor Internal

### 1. Kekuatan krakter

Seligmen (2005) menyatakan bahwa individu yang memiliki kekuatan krakter dan menerapkan dalam segala bidang kehidupan yang dijalani, maka individu tersebut akan merasakan kepuasan dan kebahagiaan hidup.

### 2. Kepuasan terhadap masa lalu

Kepuasan terhadap masa lalu dapat dicapai melalui tiga cara yakni: melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan individu, bersyukur terhadap hal-hal baik dalam hidup akan meningkatkan kenangan-kenangan positif dan memanfaatkan serta melupakan perasaan seseorang masa lalu.

### 3. Kebahagiaan pada masa sekarang

Kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yakni pleasure dan gratification. Pleasure yaitu kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosi yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran. Gratification yaitu kegiatan yang sangat disukai oleh individu namun tidak selalu melibatkan perasaan tertentu, dan durasinya lebih lama dibandingkan pleasure, kegiatan yang memunculkan grafikasi umumnya memiliki komponen seperti menantang, menumbuhkan keterampilan, konsentrasi dan bertujuan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*) terdiri dari faktor eksternal yang berasal dari pengaruh interaksi lingkungan dan orang sekitar dan sedangkan faktor internal yaitu berasal dari diri individu.

### 3. Ciri-ciri *Happiness*

Fuad (2015) menjelaskan bahwa kebahagiaan (*happiness*) dapat diidentifikasi secara objektif kedalam 4 ciri kebutuhan yang membuat seseorang merasakan bahagia (*happiness*) yaitu:

- a. Terpenuhinya kebutuhan fisiologis (material) misalnya: makanan, minum, pakaian, kendaraan, rumah, kehidupan seksual, dan kesehatan fisik.
- b. Terpenuhinya kebutuhan psikologis (emosional) misalnya: adanya perasaan tenteram, damai, nyaman, dan aman serta tidak menderita konflik batin, depresi, kecemasan, frustrasi.
- c. Dan terpenuhinya kebutuhan spiritual, misalnya: mampu melihat seluruh episode kehidupan dari perspektif makna hidup yang lebih luas, beribadah, dan memiliki keimanan kepada Tuhan.
- d. Serta terpenuhinya kebutuhan sosial, misalnya: memiliki hubungan yang harmonis dengan orang-orang disekelilingnya, terutama keluarga, saling menghormati, mencintai, dan menghargai

Menurut David G. Myers (2002), ada empat ciri yang selalu ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, yaitu :

- a. Menghargai diri sendiri, orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti “Saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi untuk menyetujui pernyataan seperti diatas.
- b. Optimis, ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar ia dapat mengalami peristiwa baik lagi (Seligman, 2005). Sedangkan orang yang pesimis menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.
- c. Terbuka, orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa orang – orang yang tergolong sebagai orang extrovert dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

- d. Mampu mengendalikan diri, orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri *Happiness* adalah Menghargai diri sendiri, Optimis, Terbuka, dan Mampu mengendalikan diri.

#### 4. Aspek-aspek Happiness

Menurut Seligman dkk (2005), ada lima aspek utama yang dapat menjadi sumber kebahagiaan sejati, yaitu :

- a. Menjalin hubungan positif dengan orang lain

Hubungan yang positif bukan sekedar memiliki teman, pasangan, ataupun anak. Status perkawinan dan kepemilikan anak tidak dapat menjamin kebahagiaan seseorang.

- b. Keterlibatan penuh

Bagaimana seseorang melibatkan diri sepenuhnya dalam pekerjaan yang ditekuni. Keterlibatan penuh bukan hanya pada karir, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti hobi dan aktivitas bersama keluarga. Keterlibatan penuh membutuhkan partisipasi aktif dari orang yang bersangkutan. Dengan melibatkan diri secara penuh, bukan hanya fisik yang beraktivitas, tetapi hati dan pikiran juga turut serta.

c. Menemukan makna dalam keseharian

Dalam keterlibatan penuh dan hubungan positif dengan orang lain tersirat satu cara lain untuk dapat bahagia, yakni temukan makna dalam apapun yang dilakukan.

d. Optimis, namun tetap realistis

Orang yang optimis ditemukan lebih berbahagia. Mereka tidak mudah cemas karena menjalani hidup dengan penuh harapan.

e. Menjadi pribadi yang resilien

Orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Karena kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami. Melainkan sejauh mana seseorang memiliki resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang terpahit sekalipun.

Seligman 2002 (dalam Hafiza & Mawarpury 2018) menyebutkan kebahagiaan memiliki tiga aspek pendukung, yaitu:

1. Kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*). Individu yang bahagia adalah individu yang memiliki pengalaman menyenangkan yang tinggi, rendahnya pengalaman yang tidak menyenangkan, dan memiliki kemampuan untuk meningkatkan kebahagiaan di masa depan.
2. Kehidupan yang bermakna (*meaningful life*). Individu memperoleh makna dalam hidup ketika hidup yang dijalani dijadikan pengalaman yang

memiliki tujuan, berarti, dan dapat dimengerti. Hidup yang bermakna dapat diperoleh dengan terlibat secara aktif dan membangun hubungan positif dengan orang lain. Individu yang memiliki kebahagiaan tidak terfokus pada diri sendiri ketika melakukan setiap aktivitas melainkan juga mementingkan kepentingan individu yang lain.

3. Keterlibatan diri (*engaged life*). Keterlibatan diri mengacu pada kondisi dimana individu melibatkan seluruh aspek dalam diri (fisik, kognitif, dan emosional) untuk turut serta dalam aktivitas yang dilakukan. Keterlibatan penuh tidak hanya dalam lingkup karier, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti hobi dan aktivitas bersama keluarga. Individu yang terlibat secara aktif dalam berbagai pekerjaan membuat individu lebih bahagia.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kebahagiaan (*happiness*) terdiri dari Kehidupan yang menyenangkan, Kehidupan yang bermakna, dan Keterlibatan diri.

## **C. Interaksi Sosial**

### **1. Pengertian Interaksi Sosial**

Interaksi sosial adalah hubungan antarsesama manusia dalam suatu lingkungan masyarakat, yang menciptakan satu keterikatan kepentingan yang menciptakan status sosial. Juga dapat diartikan sebagai hubungan sosial dinamis yang menyangkut hubungan orang perorangan antar kelompok-kelompok manusia

maupun antara orang-orang perorangan dengan kelompok manusia (Mubaraq, 2009).

Menurut Santrock (2003) interaksi sosial berperan penting dalam kehidupan lansia. Hal ini dapat mentoleransi kondisi kesepian yang ada dalam kehidupan sosial lansia. Muslim (2013) menyatakan interaksi sosial adalah hubungan-hubungan sosial yang dinamis yang berkaitan dengan orang perorangan, kelompok perkelompok, maupun perorangan terhadap perkelompok ataupun sebaliknya, dan interaksi sosial juga merupakan hubungan timbal balik antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok.

Menurut Soekanto 2010 (dalam Indriany 2014) interaksi sosial merupakan kunci semua kehidupan sosial. Dengan tidak adanya komunikasi ataupun interaksi antar satu sama lain maka tidak mungkin ada kehidupan bersama. Jika hanya fisik yang saling berhadapan antara satu sama lain, tidak dapat menghasilkan suatu bentuk kelompok sosial yang dapat saling berinteraksi. Maka dari itu dapat disebutkan bahwa interaksi merupakan dasar dari suatu bentuk proses sosial karena tanpa adanya interaksi sosial, maka kegiatan-kegiatan antar satu individu dengan yang lain tidak dapat disebut sebagai interaksi.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis, berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara kelompok yang satu dengan kelompok lainnya.

## 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial

Puspitasari & Lestari (2009) berlangsungnya suatu proses interaksi didasarkan pada berbagai faktor yang dapat mempengaruhinya, yaitu:

- a. Faktor imitasi
- b. Faktor sugesti
- c. Faktor identifikasi
- d. Faktor simpati

Menurut Mahmudah (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi berlangsungnya Interaksi Sosial antara lain:

- a. Faktor imitasi

Faktor ini telah diuraikan oleh gabriel tarde yang beranggapan bahwa seluruh kehidupan sosial itu sebenarnya berdasarkan pada faktor imitasi saja. Pendapat ini dalam realitasnya banyak yang mengatakan tidak seimbang atau berat sebelah. Hal ini tidak lain karena tidak semua interaksi sosial disebabkan oleh faktor ini. Namun demikian harus diakui dalam interaksi sosial peranan imitasi tidaklah kecil. Terbukti misalnya, kita sering melihat pada anak-anak yang sedang belajar bahasa seakan-akan mereka mengimitasi dirinya sendiri, mengulang-ngulangi bunyi kata-kata, melatih fungsi lidah dan mulut untuk berbicara, kemudian mengimitasi orang lain. (Mahmudah 2010).

#### b. Faktor sugesti

Yang dimaksud sugesti disini adalah pengaruh psikis, baik yang datang dari dirinya sendiri maupun dari orang lain yang pada umumnya diterima tanpa adanya daya kritik. Gerungan mendefinisikan sugesti sebagai proses dimana seorang individu menerima suatu cara penglihatan atau pedoman-pedoman tingkah laku orang lain tanpa kritik terlebih dahulu (Mahmudah 2010).

#### c. Faktor Identifikasi

Identifikasi dalam psikologi berarti dorongan untuk menjadi identik (sama) dengan orang lain, baik secara fisik maupun non fisik. Proses identifikasi pada kenyataannya sering kali, untuk pertama kali berlangsung secara tidak sadar (secara dengan sendirinya). Kedua, bersifat irasional, yaitu berdasarkan perasaan-perasaan atau kecenderungan-kecenderungan dirinya yang tidak diperhitungkan secara rasional. Ketiga, identifikasi berguna untuk melengkapi sistem norma-norma, cita-cita dan pedoman-pedoman tingkah laku orang yang mengidentifikasi itu. Hal ini merupakan efek lanjut dari aktifitas identifikasi yang dilakukan seseorang (Mahmudah 2010).

#### d. Simpati

Simpati adalah perasaan tertariknya orang yang satu dengan orang yang lain. Simpati muncul dalam diri seorang individu tidak atas dasar rasional, melainkan berdasarkan penilaian perasaan seperti juga pada proses identifikasi. Seorang individu tiba-tiba merasa dirinya tertarik kepada orang

lain seakan-akan dengan sendirinya, dan tertariknya itu bukan karena salah satu ciri tertentu, melainkan karena keseluruhan cara-cara bertingkah laku menarik baginya (Mahmudah 2010).

Melihat dari beberapa urain teori di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi berlangsungnya inetraksi Sosial adalah faktor Imitasi, faktor sugesti, faktor identifikasi, dan faktor simpati.

### 3. Ciri-ciri Interaksi Sosial

Muslim (2013) menyatakan ciri-ciri dari interaksi sosial dapat dilihat berdasarkan ciri berikut:

- a. Adanya dua orang pelaku atau lebih
- b. Adanya hubungan timbal balik antar pelaku
- c. Diawali dengan adanya kontak sosial baik secara langsung
- d. Mempunyai maksud dan tujuan yang jelas

Menurut Herimsnto & Winarno (dalam Panggabean 2017) interaksi sosial dicirikan:

- a. Pelakunya lebih dari satu orang
- b. Ada komunikasi antar pelaku melalui kontak sosial
- c. Memiliki maksud dan tujuan, terlepas dari sama atau tidaknya tujuan tersebut dengan yang diperkirakan oleh pelaku
- d. Ada dimensi waktu yang akan menentukan sikap aksi yang sedang berlangsung

Melihat uraian teori diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri dari interaksi sosial ditandai dengan hubungan yang timbal balik antara dua orang atau lebih, serta yang memiliki maksud dan tujuan.

#### 4. Aspek-aspek Interaksi Sosial

Menurut Huky (dalam Waty 2017) ada 4 aspek penting dalam interaksi sosial, yaitu:

- a. Komunikasi
- b. Norma kelompok
- c. Sikap (*attitude*)
- d. Tingkah laku kelompok

Manusia adalah makhluk sosial yaitu makhluk yang selalu membutuhkan orang lain dalam kehidupannya sehari-hari. Oleh karena itu tidak dapat dihindari bahwa manusia harus selalu berhubungan dengan manusia lainnya. Hubungan inilah yang disebut dengan Interaksi Sosial. Sarlito Wirawan Sarwono (dalam Sisrazeni 2017), menjelaskan ada beberapa aspek yang mendasari interaksi sosial tersebut yaitu, ” komunikasi, sikap, tingkah laku kelompok, dan norma-norma sosial.

- a. Komunikasi

Komunikasi termasuk salah satu unsur yang menentukan keberhasilan. Tapi kebanyakan komunikasi ini sering tidak dikuasai oleh manusia. Seseorang yang menguasai komunikasi akan itu memegang banyak peran penting dalam kehidupan dan sukses tidak akan jauh darinya.

### b. Sikap

Sikap dalam kehidupan bermasyarakat sangatlah penting, misalnya sikap negatif yang terdapat pada orang-orang pribumi terhadap orang-orang keturunan Cina di Indonesia, atau sikap negatif pada orang yang kulit hitam di Amerika Serikat sangat menyulitkan hubungan antara ras-ras yang bersangkutan.

### c. Norma-norma Sosial

Interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara seseorang dengan orang lain, individu dan kelompok dengan kelompok dalam menjalin kehidupan tersebut tentunya manusia tidak terlepas dari kehidupan bermasyarakat. Dalam kehidupan bermasyarakat tersebut, tentu ada norma-norma sosial yang harus dipatuhi. Sarlito Wirawan Sarwono, mengatakan bahwa norma sosial adalah “ nilai-nilai yang berlaku dalam suatu kelompok atau masyarakat yang membatasi tingkah laku individu dalam kelompok itu.

Berdasarkan uraian teori diatas dapat disimpulkan bahwa ada 4 aspek penting yang dalam interaksi sosial, yaitu aspek komunikasi, aspek norma kelompok, aspek sikap (*attitude*), serta aspek tingkah laku kelompok dan norma-norma sosial.

## C. Hubungan antara Interaksi Sosial dengan *Happiness* pada Lansia

Setiap individu pasti menginginkan adanya hubungan interaksi sosial yang baik dengan lingkungan disekitarnya, terlepas ia remaja, dewasa maupun lansia pasti akan melakukan yang namanya berinteraksi dengan lingkungan sosial

mereka. Memiliki hubungan interaksi sosial yang baik dari lingkungan sekitar menjadikan individu lebih merasa berarti. Karena dengan adanya hubungan interaksi sosial yang baik ini individu bisa menjalani kehidupannya sehari-hari dengan perasaan yakin, bisa selalu optimis, dan merasa bahagia. Terlebih lagi pada lansia yang kita ketahui sangat membutuhkan adanya interaksi sosial untuk bisa memberikan dukungan kepada lansia tersebut, dukungan ini diberikan pada lansia guna membantu lansia untuk dapat menerima segala sesuatu yang terjadi baik itu karena penurunan fisik sampai pada permasalahan yang dialami oleh lansia.

Pada dasarnya setiap manusia ingin hidup bahagia, demikian pula lansia yang ingin merasakan kebahagiaan di hari tuanya. Kebahagiaan tidak hanya dilihat secara obyektif, tapi kebahagiaan juga bisa di lihat secara subyektif, bahagia itu tergantung dari seberapa besar seseorang mampu mengukur dan menciptakan kebahagiaan menurut dirinya sendiri. Kebahagiaan pada lansia akan meningkat ketika lansia bisa mendapatkan perhatian, dan pelayanan dari orang-orang terdekatnya untuk bisa meningkatkan kualitas hidup lansia agar bisa berjalan dengan baik dan hal ini menjadikan mereka memiliki kebahagiaan dan perasaan yang optimis dalam menjalani hidup.

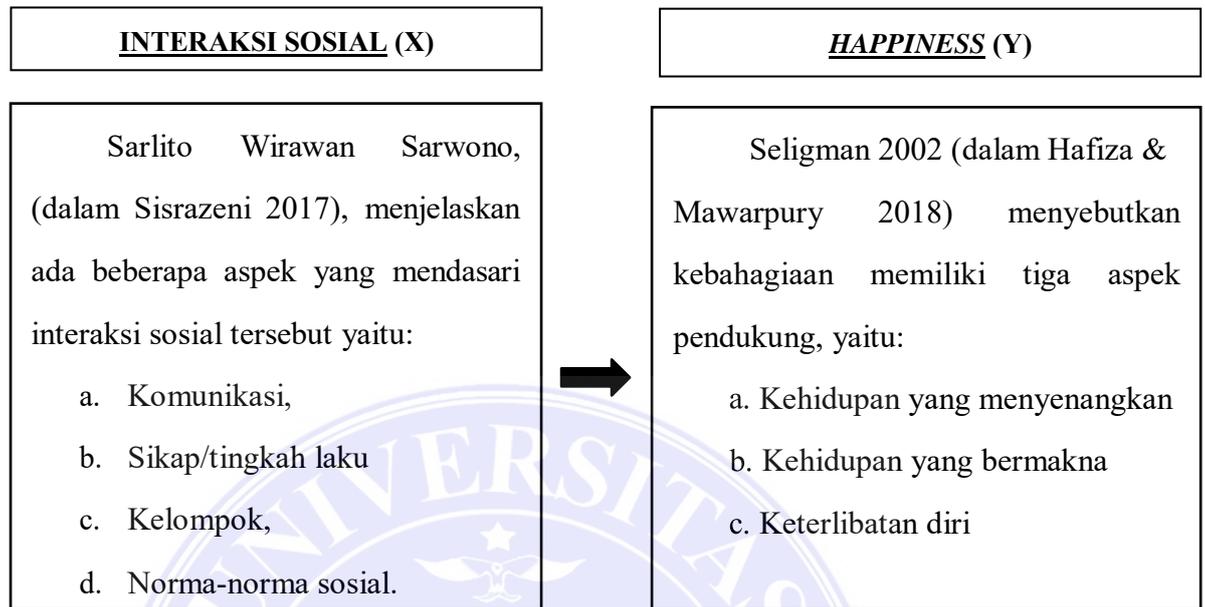
Menurut Fadhila (2018) pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan *Happiness* Pada Lansia dengan taraf signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$ . penelitian ini juga memberikan hasil korelasi

sebesar 0.707, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi interaksi sosial maka akan semakin tinggi pula *happiness* pada lansia.

Selanjutnya pada penelitian Fitriyadewi (2016) tentang Peran Interaksi Sosial Terhadap Kebahagiaan Lanjut Usia menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar 0.001 atau berada dibawah 0,05 ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara interaksi sosial dengan kebahagiaan lansia. Nilai R square sebesar 0.101 yaitu interaksi sosial memberikan kontribusi sebesar 10.1% terhadap kebahagiaan lansia. Sebanyak 100 subjek pada penelitian ini tergolong kedalam kategori subjek yang memiliki interaksi sosial dan kebahagiaan yang cenderung baik.

Dyah (2016) pada penelitiannya Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Interaksi Keluarga juga menjelaskan hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,691 dan sig. (1-tailed) = 0,000,  $p < 0,01$ , artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara interaksi keluarga dengan kebahagiaan. Interaksi keluarga pada lanjut usia tergolong cenderung rendah. Interaksi yang diberikan keluarga terhadap kebahagiaan pada lanjut usia sebesar 47,78 %.

#### D. Kerangka Konseptual



#### E. Hipotesis

Dari tinjauan teori di atas dan berdasarkan uraian permasalahan yang dikemukakan, maka diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut : Ada hubungan positif antara interaksi sosial dengan *happiness*. Diasumsikan bahwa semakin tinggi interaksi sosial maka akan semakin tinggi *happiness* pada lansia, atau sebaliknya semakin rendah interaksi sosial maka akan semakin rendah *happiness*.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian pada dasarnya untuk menunjukkan kebenaran dan pemecahan masalah atas apa yang diteliti untuk mencapai tujuan tersebut, dengan menentukan suatu metode yang tepat dan relevan untuk tujuan yang akan diteliti. (Sugiyono 2014) menyatakan metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

#### **A. Tipe Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Creswell (dalam Alsa, 2003) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang bekerja dengan angka, yang datanya berwujud bilangan (skor atau nilai, peringkat, atau frekuensi), yang dianalisis dengan menggunakan statistik untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang sifatnya spesifik, dan untuk melakukan prediksi bahwa suatu variabel tertentu mempengaruhi variabel yang lain.

Arikunto (2002) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya. Adapun menurut Sugiyono (2014), metode kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Metode ini disebut sebagai metode positivistic karena berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini sebagai metode ilmiah, karena

telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Metode ini disebut dengan metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

Sedangkan dilihat dari jenisnya penelitian ini juga termasuk dalam penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor yang berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasi (Suryabrata, 2006).

### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2014), variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun variabel-variabel penelitian yang digunakan didalam penelitian ini terdiri dari:

1. Variabel bebas : Interaksi social (X)
2. Variabel terikat : *Happiness* (Y)

### **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Sugiyono (2014) menyatakan definisi operasional adalah penentuan konstrak atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur. Definisi operasional menjelaskan cara tertentu yang digunakan untuk meneliti dan mengoperasikan konstak. Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis, berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara kelompok yang satu dengan kelompok lainnya, maupun antara kelompok dengan individu. Sarlito Wirawan Sarwono, (dalam Sisrazeni 2017). Untuk mengukur interaksi sosial digunakan skala interaksi sosial dengan aspek yaitu : komunikasi, sikap/tingkah laku, kelompok, dan norma-norma sosial.
2. *Happiness* adalah suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan hidup, dan segala perasaan yang menyenangkan. Seligman 2002 (dalam Hafiza & Mawarpury 2018). Untuk mengukur *happiness* digunakan skala *happiness* dengan aspek, yaitu: kehidupan yang menyenangkan, kehidupan yang bermakna, serta keterlibatan diri.

#### **D. Subjek Penelitian**

##### **1. Populasi Penelitian**

Menurut Sugiyono (2014), populasi adalah wilayah generalisasi, obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah 98 orang lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang.

##### **2. Sampel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2014), sampel adalah sebagian dari jumlah dan

karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Teknik ini dilakukan dengan mengambil sampel sesuai dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014), yang sesuai dengan ciri-ciri yang telah ditentukan oleh peneliti yaitu lansia yang berusia 65-74 tahun yang tidak memiliki suami atau lansia yang berstatus janda, tidak memiliki keluarga, yang tinggal satu orang dengan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 46 orang lansia.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam menentukan hasil penelitian ini, maka digunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala *Happiness* dan skala Interaksi Sosial.

Sarlito Wirawan Sarwono, (dalam Sisrazeni 2017) Skala Interaksi Sosial disusun berdasarkan 4 aspek yang mendukung, yaitu :

- a. Komunikasi,
- b. Sikap/tingkah laku
- c. Kelompok,
- d. Norma-norma sosial.

Seligman 2002 (dalam Hafiza & Mawarpury 2018) menyebutkan kebahagiaan memiliki tiga aspek pendukung, yaitu:

- a. Kehidupan yang menyenangkan
- b. Kehidupan yang bermakna

### c. Keterlibatan diri

Kedua skala diatas menggunakan skala Likert, (Sugiyono 2014) menyatakan skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Dengan skala Likert ini, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Adapun jawaban setiap aitem instrument yang menggunakan skala Likert mempunyai 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Pernyataan disusun berdasarkan bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Penelitian yang diberikan untuk jawaban *favourable*, yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, jawaban Setuju (S) diberi nilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1. Sedangkan untuk item yang *unfavourable*, maka penilaian yang diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, jawaban Setuju (S) diberi nilai 2, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4.

Berdasarkan cara penyampaian, skala yang akan digunakan dalam penelitian ini termasuk jenis skala langsung dan tertutup. Skala diberikan secara

langsung dan subjek diminta untuk memilih salah satu dari alternatif jawaban yang telah disediakan. Adapun aitem-aitem dari skala tersebut disajikan dalam bentuk pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*.

## F. Analisis Data

### 1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan menggunakan validitas yang tinggi apabila alat tersebut dapat menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki variabel rendah (Azwar, 2007).

Dalam skala interaksi sosial dan *happiness*, peneliti akan menggunakan validitas isi dengan cara menggunakan kisi-kisi instrumen atau *blue print* skala. Dalam penyusunan instrumen ditentukan indikator-indikator sebagai tolak ukur dan nomor butir pernyataan atau pertanyaan. Dengan jelasnya indikator ini maka akan jelas kawasan pengukuran dari konstruk yang ingin diukur.

### 2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Walaupun reliabilitas memiliki nama lain seperti keajegan, keterpercayaan, keandalan,

kestabilan, konsistensi, dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2007). Analisis reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan *SPSS Versi 24.0 For Windows*.

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Alasan digunakannya teknik korelasi ini karena pada penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Happiness Pada Lansia Di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang*. Adapun rumus korelasi *product moment Pearson* adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\left\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\right\} \left\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\right\}}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel X dengan variabel Y.

$\sum xy$  = Jumlah hasil perkalian antara variabel X dan Y

$\sum x$  = Jumlah skor keseluruhan subjek tiap item

$\sum y$  = Jumlah skor keseluruhan item pada subjek

$\sum x^2$  = Jumlah kuadrat skor x

$\sum y^2$  = Jumlah kuadrat skor y

$N$  = Jumlah subjek

### 3. Uji Normalitas dan Linieritas

Keseluruhan analisa dilakukan dengan menggunakan fasilitas komputerisasi

SPSS 24,0 *for Windows*.

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi product moment, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

1. Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji Linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari interaksi sosial memiliki hubungan linear dengan *happiness*.



## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dibuat, maka dapat disimpulkan:

1. Ada hubungan positif antara interaksi sosial dan *happiness*. Hubungan tersebut dapat dilihat dari korelasi  $r_{xy} = 0,472$  dengan tingkat signifikan 0.000 ( $p < 0.05$ ). Artinya semakin rendah *happiness*, maka semakin rendah pula interaksi sosial. Dengan demikian, hipotesa yang diajukan peneliti dalam penelitian ini diterima.
2. Sumbangan efektif interaksi sosial dalam hubungannya dengan *happiness* sebesar  $r^2 = 0,227$ . Ini menunjukkan bahwa *happiness* dipengaruhi oleh interaksi sosial sebesar 22,7%. Nilai tersebut memiliki arti bahwa interaksi sosial memberikan sumbangan sebesar 22,7% dan 77,3% disebabkan oleh faktor-faktor lainnya, seperti faktor uang, pernikahan, kesehatan, agama, usia, pendidikan, kekuatan karakter, kepuasan terhadap masa lalu, dan kebahagiaan pada masa sekarang.
3. Secara umum, hasil penelitian terhadap lansia di Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang memiliki *happiness* yang rendah karena mean/nilai rata-rata hipotetiknya ( $52,5$ )  $>$  mean/nilai rata-rata emperiknya ( $43.82$ ), di

mana selisihnya melebihi bilangan satu SB/SD (5.615), selanjutnya interaksi sosial juga berada pada kategori rendah karena mean/nilai rata-rata hipotetiknya (62,5) > mean/nilai rata-rata emperiknya (51.21), di mana selisihnya melebihi bilangan satu SB/SD (9.484).

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dibuat, maka hal-hal yang dapat disarankan adalah sebagai berikut :

### 1. Saran Kepada Lansia

Diharapkan kepada lansia agar dapat lebih berusaha untuk bisa berinteraksi dengan baik, terutama kepada orang-orang terdekat. Bersosialisasi dengan tetangga, mengikuti kegiatan di lingkungan tempat tinggal, lebih rajin menghubungi anak-anak dan keluarga walaupun jauh bisa diupayakan dengan telepon. Kemudian diharapkan juga lansia bisa melakukan banyak kegiatan yang berkaitan dengan hobinya, misal berkebun dan mengurus tanaman di halaman rumah, menjahit, memasak, mengaji dan hal lainnya yang bisa membawa kebahagiaan. Hal diatas dapat dilakukan untuk mengurangi kesedihan para lansia, meski jarang dikunjungi oleh anak, cucu dan kerabat-kerabatnya.

### 2. Saran Bagi Kepala Desa

Bagi kepala Desa di lingkungan Desa Nogo Rejo Dusun Tiga, Kecamatan Galang diharapkan dapat memberikan perhatian lebih kepada lansia dengan mewadahi kegiatan-kegiatan rutin setiap minggu untuk para lansia. Misalnya bisa

kegiatan ceramah bersama, olahraga pagi bersama atau jenis perkumpulan yang membawa manfaat dan melibatkan lansia dalam pengerjaannya.

### 3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti yang selanjutnya yang ingin mengadakan penelitian tentang *happiness* disarankan dapat memperluas kajian tentang *happiness* untuk memperkaya ilmu kajian peneliti dapat melihat dari faktor-faktor lain yang kemungkinan juga memiliki kontribusi pada *happiness* selain interaksi sosial yaitu : seperti faktor kesehatan, agama, usia, pendidikan, kepuasan terhadap masa lalu, dan kebahagiaan pada masa sekarang. Peneliti selanjutnya juga bisa memperdalam kajian tentang *happiness* berdasarkan dari aspek-aspek lain yang signifikan berhubungan dengan lansia dan kehidupannya, baik dari segi individual dan sosial. Kemudian bisa lebih memfokuskan pendataan dan wawancara dengan lansia agar mendapatkan informasi dan data yang sesuai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, (2018). *Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-tugas Perkembangannya*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, vol. 2, no. 2,. Institute Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.
- Alsa, A. (2003). *Pendekatan Kuantitatif & Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Arikunto, S. (2002),. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara
- Azis H. (1994). *Manajemen Upaya Kesehatan Usia Lanjut di Puskesmas*. AKPER Dr. Otten. Bandung.
- Azizah, L.M., (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta. Graha Ilmu
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangann*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Dyah, Ayu. (2016). *Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Interaksi Keluarga*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Jurnal : <http://eprints.ums.ac.id/47181.pdf> Diakses Tanggal : 10 Juli 2020
- Fadhilah, RRT. (2018). *Hubungan antara Interaksi Sosial dengan Happiness pada Lansia*. Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Fitriyadewi, L. P., & Suarya, L. M. (2016). *Peran Interaksi Sosial Terhadap Kepuasan Hidup Lanjut Usia*. Jurnal Psikologi Udayana, Vol. 3, No. 2, 332-341.
- Fuad, M. (2015). *Psikologi kebahagiaan manusia.*, Program Studi Psikologi., Fakultas Psikologi, volume 9., 1 STAIN . Porwokerto
- Hafiza. S. & Mawarpury., M., (2018). *Pemaknaan Kebahagiaan oleh Remaja Broken Home*. Universitas Syiah Kuala, Jl. Teuke Nyak Arief, Syiah Kuala, Kota Banda Aceh.
- Hardywinoto & Setiabudi, T. (1999). *Panduan Gerontologi Tinjauan Dari Berbagai Aspek*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- \_\_\_\_\_. (2005). *Menjaga Keseimbangan Kualitas Hidup Para Lanjut Usia*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Gramedia.
- \_\_\_\_\_. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga
- \_\_\_\_\_. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : PT. Gelora Aksara Pratama.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : PT. Gelora Aksara Pratama.
- Indriyani, N. (2014). *Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa dengan Menggunakan Assertive Training*. Universitas Lampung.
- Kiik, Mendes, dkk. (2018). *Peningkatan kualitas hidup lanjut usia (Lansia) di kota Depok dengan latihan keseimbangan*. Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 21 No.2, Juli 2018, hal 109-116. pISSN 1410-4490, EISSN 2354-9203. DOI: 10.7454/jki.v21i2.584.
- Lucky, A.S. (2018). *Studi Fenomenologis tentang Pengalaman Kesepian dan Kesejahteraan Subjektif pada Janda Lanjut Usia*. Jurnal Studi Gender. Volume 13 No.2, hal 207-208. pISSN 2581-1215. [journal.walisongo.ac.id/index.php/sawwa](http://journal.walisongo.ac.id/index.php/sawwa)
- Luh, Putu. (2016). *Peran Interaksi Sosial Terhadap Kebahagiaan Lanjut Usia*. Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana. Skripsi. [https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_penelitian\\_1.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1.pdf) Diakses Tanggal : 10 Juli 2020
- Mahmudah, siti (2010). *Psikologi Sosial*, Malang : UIN Maliki Press
- Muslim, A. (2013). *Interaksi Sosial Dalam Masyarakat Multietnis*. Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Alauddin Makasar Jalan Sultan Alauddin No. 36 Samata-Gowa.
- Myers, David G. (2012). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nugroho. W. (2000). *Keperawatan Gerontik*. Edisi 2. Jakarta. EGC
- Papalia, D.E, Sterns, Feldman, R.D, & Martorell, G. (2015). *Menyelami Perkembangan Manusia* Jakarta: Salemba Humanika

- Patmonodewo. (2001). *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan dari Bayi sampai dengan Lanjut Usia*. Jakarta : Universitas Indonesia Press.
- Santrock, J.W. (2003). *Perkembangan masa hidup edisi kelima*, Jakarta : Erlangga
- Seligmen, Martin E,P. (2005). *Authentic Hapinness. Menciptakan kebahagiaan dengan Psikologi positif*. Bandung. PT . mizan pustaka.
- Setyonegoro. (2000). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Sisrazeni. (2017). *Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Interaksi Sosial Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Tahun 2016/2017 IAIN Batu Sangkar*.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Tarigan, G. D. B. (2015). *Hubungan Kualitas Berpacaran Dengan Kebahagiaan Pernikahan Ibu Rumah Tangga Di Komplek Perumahan Piazza Kecamatan Helvetia*; Skripsi. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.



**Nama :**

**Usia :**

**PETUNJUK PENGISIAN**

Di halaman berikut ada beberapa pernyataan yang akan anda jawab. Sebelum anda menjawab, ada beberapa hal yang perlu anda perhatikan yaitu:

1. Isilah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan pilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan pendapat pribadi anda. Anda dapat memilih salah satu dari 4 (empat) pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan anda yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) atau Sangat Tidak Setuju (STS)
3. Bila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada jawaban yang salah kemudian berilah tanda silang (X) pada kolom jawaban yang benar.
4. Apapun jawaban anda tidak dinilai sebagai jawaban benar atau salah, maka usahakan agar semua nomor terjawab dan jangan sampai ada yang terlewat.

Contoh :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya melakukan hobi yang saya senangi	X			

----- SELAMAT MENGERJAKAN& TERIMA KASIH -----

1.	Saya mengajak para tetangga untuk beribadah bersama	SS	S	TS	STS
2.	Saya tidak mampu berpikir secara dingin ketika menghadapi masalah	SS	S	TS	STS
3.	Saya selalu membuat kegiatan kecil seperti menjahit, menanam agar saya tidak mudah lupa	SS	S	TS	STS
4.	Ketika ada masalah saya selalu berpikir negatif dan gegabah dalam menyelesaikannya	SS	S	TS	STS
5.	Saya terharu ketika masih ada teman teman lama yang peduli dengan saya	SS	S	TS	STS
6.	Saya dilupakan oleh orang sekitar ketika saya susah	SS	S	TS	STS
7.	Ketika hari raya, saya tetap mengunjungi teman, dan keluarga saya	SS	S	TS	STS
8.	Saya malas terlibat dalam kegiatan senam lansia	SS	S	TS	STS
9.	Saya semakin mendekatkan diri pada Tuhan agar hidup lebih tentram	SS	S	TS	STS
10.	Saya selalu memikirkan terlebih dahulu apa yg saya lakukan baik dan buruknya. Agar tidak mengecewakan orang di sekitar saya	SS	S	TS	STS
11.	Teman/keluarga tetap mengingat hari ulang tahun saya	SS	S	TS	STS
12.	Saya tidak menemukan keuntungan dari berteman dengan orang banyak	SS	S	TS	STS
13.	Saya tidak suka ketika mendengar teguran dari tetangga	SS	S	TS	STS
14.	Saya membantu tetangga memasak ketika ada acara di rumahnya	SS	S	TS	STS
15.	Saya jarang sekali menolong orang sekitar saya ketika mereka membutuhkan saya	SS	S	TS	STS
16.	Saya sangat boros, jadi apapun yang saya inginkan tidak bisa di beli	SS	S	TS	STS
17.	Apabila teman saya salah paham dengan teman lainnya, maka saya akan berpikir cara bagaimana agar mereka baik kembali.	SS	S	TS	STS

18.	Saya selalu bersyukur dengan apa yang saya miliki agar terhindar nafsu duniawi	SS	S	TS	STS
19.	Saya sedih ketika ada tetangga yang selisih paham	SS	S	TS	STS
20.	Saya tidak memiliki banyak teman bicara ketika saya merasa kesepian	SS	S	TS	STS
21.	Saya selalu menyapa terlebih dahulu ketika berpas pasan dengan orang yang di kenal	SS	S	TS	STS
22.	Saya ikut mebereskan tempat dalam kegiatan agama yang diadakan didaerah tempa tinggal saya	SS	S	TS	STS
23.	Saya selalu menjaga pola makan sehat agar terhindar dari penyakit tua misal kolestrol, hipertensi, asam urat dan lainnya	SS	S	TS	STS
24.	Saya tidak suka mengajari teman-teman bagaimana caranya bercocok tanam yang benar	SS	S	TS	STS
25.	Saya memiliki kenangan indah nersama suami ketika merayakan jari pernikahan	SS	S	TS	STS
26.	Saya tidak mampu membantu menyiapkan kebutuhan ketika sedang ada kerabat yang meninggal	SS	S	TS	STS
27.	Saya jarang sekali ikut merayakan kebahagiaan ketika ada anak tetangga menikah	SS	S	TS	STS
28.	Saya tidak menaati pantangan yang saya miliki, karena itu tubuh saya jadi kurang sehat	SS	S	TS	STS
29.	Saya mengajak orang-orang sekitar untuk berbagi kepada sesama	SS	S	TS	STS
30.	Saya tidak belajar dari kesalahan saya dan sering mengulangnya	SS	S	TS	STS
31.	Saya sering lupa hal-hal yang disukai orang-orang terdekat saya	SS	S	TS	STS
32.	Saya tidak pernah berbagi makanan yang saya masak pada teman-teman saya	SS	S	TS	STS

Nama :

Usia :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Di halaman berikut ada beberapa pernyataan yang akan anda jawab. Sebelum anda menjawab, ada beberapa hal yang perlu anda perhatikan yaitu:

1. Isilah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan pilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan pendapat pribadi anda. Anda dapat memilih salah satu dari 2 (dua) pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan anda yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) atau Sangat Tidak Setuju (STS)
3. Bila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada jawaban yang salah kemudian berilah tanda silang (X) pada kolom jawaban yang benar.
4. Apapun jawaban anda tidak dinilai sebagai jawaban benar atau salah, maka usahakan agar semua nomor terjawab dan jangan sampai ada yang terlewat.

Contoh :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering berkumpul dengan teman-teman			X	

----- SELAMAT MENGERJAKAN &amp; TERIMA KASIH -----

1.	Saya mencoba mencari tetangga saya jika sudah jarang bertemu. Melalui tetangga sebelahny	SS	S	TS	STS
2.	Ketika ada seseorang berbicara kasar maka saya akan membalasnya juga	SS	S	TS	STS
3.	Saya selalu melaporkan ke RT jika ada kerabat saya yang ingin tinggal dirumah saya	SS	S	TS	STS
4.	Ketika teman sakit maka saya dan teman teman menjenguknya	SS	S	TS	STS
5.	Saya beberapa kali melanggar peraturan yg dibuat	SS	S	TS	STS
6.	Saya dan teman-teman saling nasehat menasehati jika melakukan kesalahan	SS	S	TS	STS
7.	Saya mengikuti perkumpulan hanya jika ada teman yang saya sukai ikut juga	SS	S	TS	STS
8.	Ketika ada yang tidak menyukai saya, maka saya memilih menjauh	SS	S	TS	STS
9.	Saya mengikuti pengajian yang diadakan dilingkungan saya	SS	S	TS	STS
10.	Saya tidak memberi tau tetangga jika ada peraturan baru didaerah tempat tinggal kami	SS	S	TS	STS
11.	Saya mengikuti acara pemilihan umum yang di adakan di daerah saya	SS	S	TS	STS
12.	Saya akan menyapa terlebih dahulu sebelum melakukan pembicaraan	SS	S	TS	STS
13.	Saya tidak peduli dengan kesehatan orang lain yang saya jumpai	SS	S	TS	STS
14.	Saya banyak berbagi cerita dengan para tetangga ketika berkumpul	SS	S	TS	STS
15.	Saya menerima dana bantuan lansia walau ada yang lebih berhak untuk menerimanya	SS	S	TS	STS
16.	Saya memaksa agar pendapat saya bisa selalu didengar	SS	S	TS	STS
17.	Saya menyediakan makanan pada acara gotong-royong yang ada di daerah tempat tinggal saya	SS	S	TS	STS

18.	Saya dan tetangga saling berbagi informasi dalam menjaga kesehatan	SS	S	TS	STS
19.	Saya rukun dengan masyarakat sekitar	SS	S	TS	STS
20.	Saya memiliki toleransi kepada orang yang berbeda dengan saya	SS	S	TS	STS
21.	Sebelum melakukan sesuatu saya memikirkan apakah ketentuan ini sesuai atau tidak	SS	S	TS	STS
22.	Ketika ada salah paham maka saya akan mendiampkannya sampai orang lain yang minta maaf duluan	SS	S	TS	STS
23.	Saya menegur langsung ketika berpapasan dengan tetangga didaerah rumah	SS	S	TS	STS
24.	Saya mengajak para tetangga untuk belajar menjahit bersama	SS	S	TS	STS
25.	Saya tidak mau mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan lansia	SS	S	TS	STS
26.	Saya tidak mengikuti semua aturan yang ditetapkan didaerah tempat saya tinggal	SS	S	TS	STS
27.	Saya selalu menjaga sopan santun dalam berbicara, agar tidak menyakiti lawan bicara saya	SS	S	TS	STS
28.	Saya tidak membayar uang iuran dengan alasan tidak punya uang	SS	S	TS	STS
29.	Saya akan memarahi langsung tetangga yang suka menceritakan orang lain	SS	S	TS	STS
30.	Saya selalu ikut dalam pengumpulan dana jika ada yang sakit maupun meninggal	SS	S	TS	STS
31.	Saya hanya menyampaikan informasi seadanya tanpa mengatakan hal yang penting	SS	S	TS	STS
32.	Saya jarang sekali memberikan pertolongan pada tetangga yang kesusahan	SS	S	TS	STS



**DATA SKORING HAPPINESS**

NO	NAMA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	FI	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2
2	AN	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	2	3	2	4
3	FM	4	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3
4	RHL	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
5	RS	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3
6	SA	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4
7	US	4	4	3	1	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3
8	MN	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
9	DM	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4
10	RN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
11	BL	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3
12	RNS	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3
13	SF	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4
14	MDS	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
15	MD	2	4	2	2	4	3	3	4	4	2	4	3	4	2	4	3
16	SS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
17	ID	4	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	2	3	4
18	RR	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	4	2	3	3
19	AT	4	4	3	3	4	1	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3
20	YK	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1
21	AS	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4
22	HS	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3
23	MRM	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
24	AM	3	1	2	1	3	4	2	3	3	4	3	1	1	4	2	2
25	MT	4	3	4	3	4	2	4	3	1	2	3	2	4	2	2	4
26	AF	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3
27	HR	4	3	4	3	4	2	4	3	1	2	3	2	4	2	2	4
28	DM	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
29	FH	4	3	1	2	2	1	1	2	3	2	1	2	2	3	1	2
30	SS	4	4	3	3	4	1	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3
31	RHT	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
32	FM	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
33	HMR	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3
34	MRM	4	3	1	4	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3
35	SST	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3
36	SAR	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3
37	MB	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
38	AIR	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
39	DAR	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
40	RSY	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3
41	ALS	3	4	2	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3
42	NAM	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3
43	TJU	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
44	KIR	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3
45	RFI	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3
46	AFA	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3
<b>TOTAL</b>		<b>167</b>	<b>153</b>	<b>136</b>	<b>151</b>	<b>166</b>	<b>145</b>	<b>160</b>	<b>152</b>	<b>139</b>	<b>145</b>	<b>141</b>	<b>127</b>	<b>155</b>	<b>140</b>	<b>134</b>	<b>143</b>

17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	TOTAL
2	2	1	4	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	1	2	76
3	4	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	93
2	3	4	2	3	3	1	3	3	2	2	3	3	4	2	2	82
3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	104
3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	93
3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	102
3	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	94
3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	87
4	4	4	4	3	3	4	3	1	4	4	1	1	4	3	3	106
3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	88
2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	1	1	3	4	3	103
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97
3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	103
3	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	104
3	4	3	2	1	2	2	2	2	4	3	2	4	3	4	1	92
3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	89
2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	100
2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	94
3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	107
1	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	2	86
4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	119
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	94
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	92
2	3	2	2	4	3	3	1	2	4	3	2	1	1	3	1	76
2	3	3	1	3	1	1	2	2	4	2	3	2	3	1	3	83
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	103
3	3	3	1	3	1	1	3	2	4	2	2	2	3	1	3	84
4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	3	4	4	4	3	117
3	2	2	4	3	2	4	2	3	1	2	1	3	3	2	3	72
3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	2	3	3	3	96
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	94
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	121
4	3	3	2	3	3	3	1	3	4	3	4	3	3	2	3	103
2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	1	94
4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	112
4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	109
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	2	3	3	117
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	123
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	123
3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	99
4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	101
3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	101
3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	103
3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	112
4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	112
4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	110
141	140	129	136	145	130	137	141	140	150	144	138	135	141	137	132	4570

## DATA SKORING INTERAKSI SOSIAL

NO	NAMA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	FI	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3
2	AN	4	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	4	3	2	2
3	FM	1	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	3	1	3
4	RHL	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	RS	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
6	SA	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3
7	US	3	1	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	4	2	3
8	MN	4	2	3	3	4	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3
9	DM	3	1	4	4	1	4	3	1	4	3	2	4	4	1	4
10	RN	4	4	2	2	4	3	1	4	4	3	3	2	4	4	1
11	BL	3	1	2	1	1	3	3	1	4	4	1	2	1	4	1
12	RNS	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4
13	SF	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4
14	MDS	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2
15	MD	2	4	4	2	2	2	4	3	3	2	3	2	2	4	3
16	SS	4	4	4	3	4	4	1	4	4	2	4	2	4	3	3
17	ID	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	2	2	2	4
18	RR	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3
19	AT	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4
20	YK	4	2	3	1	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4
21	AS	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
22	HS	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
23	MRM	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
24	AM	4	2	2	1	2	2	2	4	2	3	2	2	2	1	2
25	MT	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	1	3	2	4
26	AF	3	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4
27	HR	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	1	3	2	4
28	DM	4	3	4	4	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	4
29	FH	3	4	4	3	3	4	3	4	4	2	4	2	2	1	2
30	SS	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4
31	RHT	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
32	FM	4	3	4	4	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	4
33	HMR	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4
34	MRM	4	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	1	4
35	SST	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3
36	SAR	3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3
37	MB	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
38	AIR	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4
39	DAR	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
40	RSY	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2
41	ALS	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	4
42	NAM	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3
43	TJU	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4
44	KIR	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4
45	RFI	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4
46	AFA	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3
<b>TOTAL</b>		163	136	160	142	130	161	121	143	163	139	132	133	149	122	151

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	TOTAL
3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	92
2	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	84
3	2	3	4	2	2	3	4	2	3	3	1	3	4	4	2	4	80
3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	2	4	3	2	3	4	99
3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	99
3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	110
2	3	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	98
1	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	104
3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	101
3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	103
4	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	90
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	100
3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	108
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	95
3	1	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2	2	2	3	3	3	87
2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	103
3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	104
3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	102
3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	1	105
3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	1	100
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	120
3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	99
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	98
1	2	4	3	3	2	1	2	4	2	4	4	4	4	4	1	1	79
3	4	2	3	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4	4	2	4	84
3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	90
3	4	2	3	2	2	4	2	1	2	4	3	3	3	4	2	2	79
3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	102
1	2	4	4	1	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	2	3	92
3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	107
3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	104
3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	105
3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	113
2	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	2	4	4	3	3	3	100
3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	105
3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	103
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	119
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	117
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	120
3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	99
3	4	3	4	2	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	105
3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	104
3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	105
3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	111
3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	107
3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	111



### Uji Validitas dan Reliabilitas *Happiness*

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	46	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	46	100.0

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.719	.837	32

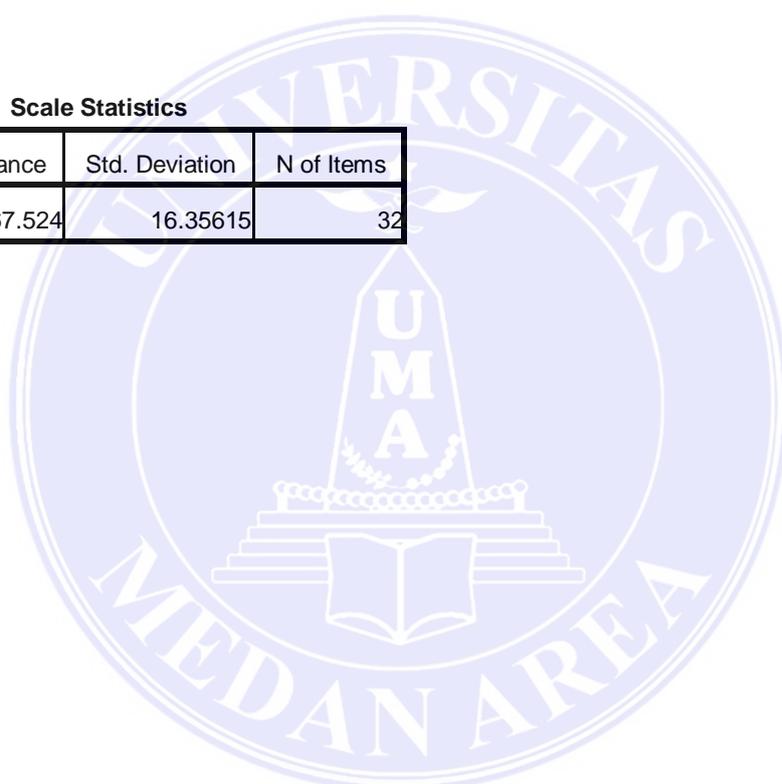
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	142.9000	258.200	.326	.711
VAR00002	142.5500	264.576	.133	.717
VAR00003	143.0000	253.684	.430	.706
VAR00004	143.4500	266.261	.035	.720
VAR00005	144.9808	179.117	.423	.718
VAR00006	144.3654	179.217	.396	.718
VAR00007	142.6000	255.411	.353	.709
VAR00008	143.0000	250.526	.539	.702
VAR00009	143.2500	268.618	-.065	.723
VAR00010	142.9500	259.945	.228	.714
VAR00011	143.1500	260.029	.428	.712
VAR00012	143.1500	263.924	.196	.716
VAR00013	142.7000	258.642	.327	.711
VAR00014	143.6000	252.358	.426	.706
VAR00015	143.0000	259.053	.293	.712
VAR00016	143.0500	261.524	.319	.714
VAR00017	143.1000	263.358	.133	.717
VAR00018	145.1538	184.878	.571	.897
VAR00019	145.1731	180.891	.360	.892
VAR00020	143.1500	250.345	.579	.702
VAR00021	143.1500	256.239	.319	.710
VAR00022	143.3500	264.450	.048	.721

VAR00023	143.1500	263.713	.129	.717
VAR00024	143.1500	257.608	.483	.709
VAR00025	143.3500	251.713	.537	.704
VAR00026	143.2500	257.882	.276	.712
VAR00027	143.0000	252.632	.466	.705
VAR00028	143.0500	246.471	.662	.697
VAR00029	143.0500	256.892	.396	.709
VAR00030	143.1500	263.292	.193	.716
VAR00031	143.1000	252.411	.480	.705
VAR00032	143.9000	247.200	.334	.718

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
1.45952	267.524	16.35615	32



## Uji Validitas dan Reliabilitas Interaksi Sosial

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	46	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	46	100.0

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.885	.886	32

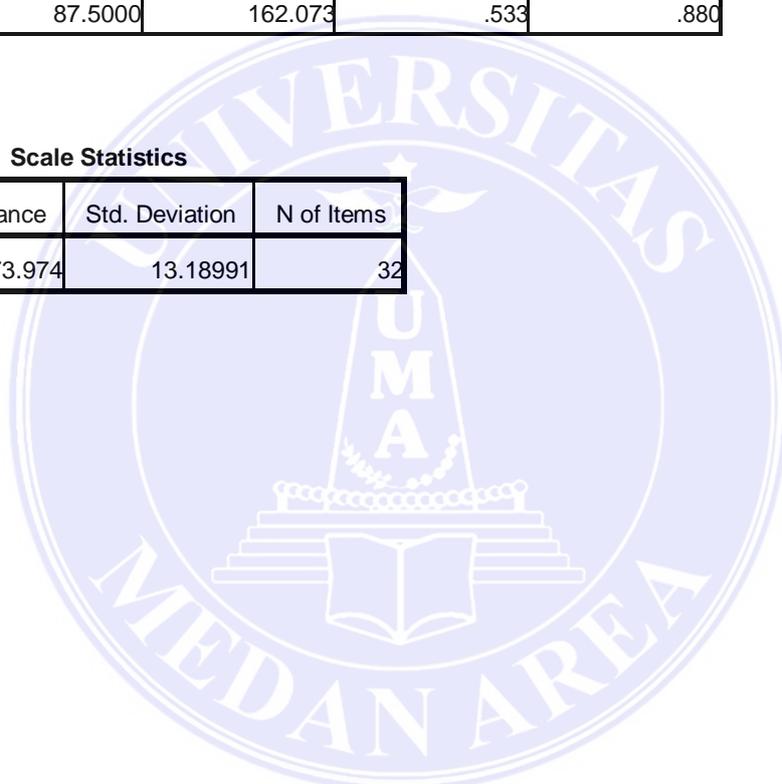
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	87.7500	166.664	.321	.884
<b>VAR00002</b>	<b>87.4286</b>	<b>168.577</b>	<b>.285</b>	<b>.884</b>
VAR00003	87.5893	163.446	.474	.881
VAR00004	87.4464	163.743	.395	.882
<b>VAR00005</b>	<b>87.9107</b>	<b>167.610</b>	<b>.274</b>	<b>.884</b>
VAR00006	87.4821	165.018	.371	.883
VAR00007	87.5357	164.108	.485	.881
VAR00008	87.7143	159.444	.631	.878
<b>VAR00009</b>	<b>87.7679</b>	<b>165.636</b>	<b>.289</b>	<b>.885</b>
VAR00010	87.7143	159.844	.581	.878
VAR00011	87.4286	164.795	.372	.883
VAR00012	87.6071	164.970	.396	.882
VAR00013	87.5357	164.071	.415	.882
VAR00014	87.7143	161.117	.537	.879
VAR00015	87.5893	162.210	.478	.881
VAR00016	87.6250	162.639	.465	.881
VAR00017	87.5000	161.418	.483	.880
VAR00018	87.5179	165.527	.322	.884
VAR00019	87.7500	166.191	.323	.884
<b>VAR00020</b>	<b>87.7143</b>	<b>166.571</b>	<b>.242</b>	<b>.886</b>
VAR00021	87.6607	162.919	.518	.880

VAR00022	87.6071	161.843	.457	.881
VAR00023	87.7321	161.618	.512	.880
VAR00024	87.4286	164.758	.374	.883
VAR00025	87.5536	166.033	.312	.884
VAR00026	87.5714	159.558	.561	.879
VAR00027	87.5000	160.800	.596	.878
VAR00028	87.5000	165.964	.368	.883
VAR00029	87.6250	170.057	.177	.886
VAR00030	87.6250	167.766	.243	.885
VAR00031	87.5714	167.449	.255	.885
VAR00032	87.5000	162.073	.533	.880

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
90.3393	173.974	13.18991	32





## UJI NORMALITAS

### NPar Tests

#### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
HAPPINESS	46	43.82	5.615	22	55
INT SOSIAL	46	51.21	9.484	53	99

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		HAPPINESS	INT SOSIAL
N		46	46
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	43.82	51.21
	Std. Deviation	5.615	9.484
Most Extreme Differences	Absolute	.103	.105
	Positive	.103	.105
	Negative	-.088	-.065
Kolmogorov-Smirnov Z		.774	.786
Asymp. Sig. (2-tailed)		.587	.532

a. Test distribution is Normal.

## UJI LINIERITAS

### Curve Fit

#### Model Description

Model Name		MOD_1
Dependent Variable	1	HAPPINESS
Equation	1	Linear
Independent Variable		INT SOSIAL
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

#### Case Processing Summary

	N
Total Cases	46
Excluded Cases <sup>a</sup>	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

#### Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	HAPPINESS	INT SOSIAL
Number of Positive Values	46	46
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
	User-Missing	0
	System-Missing	0

## HAPPINESS

### Linear

**Model Summary**

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.472	.227	.240	7.590

The independent variable is INT SOSIAL.

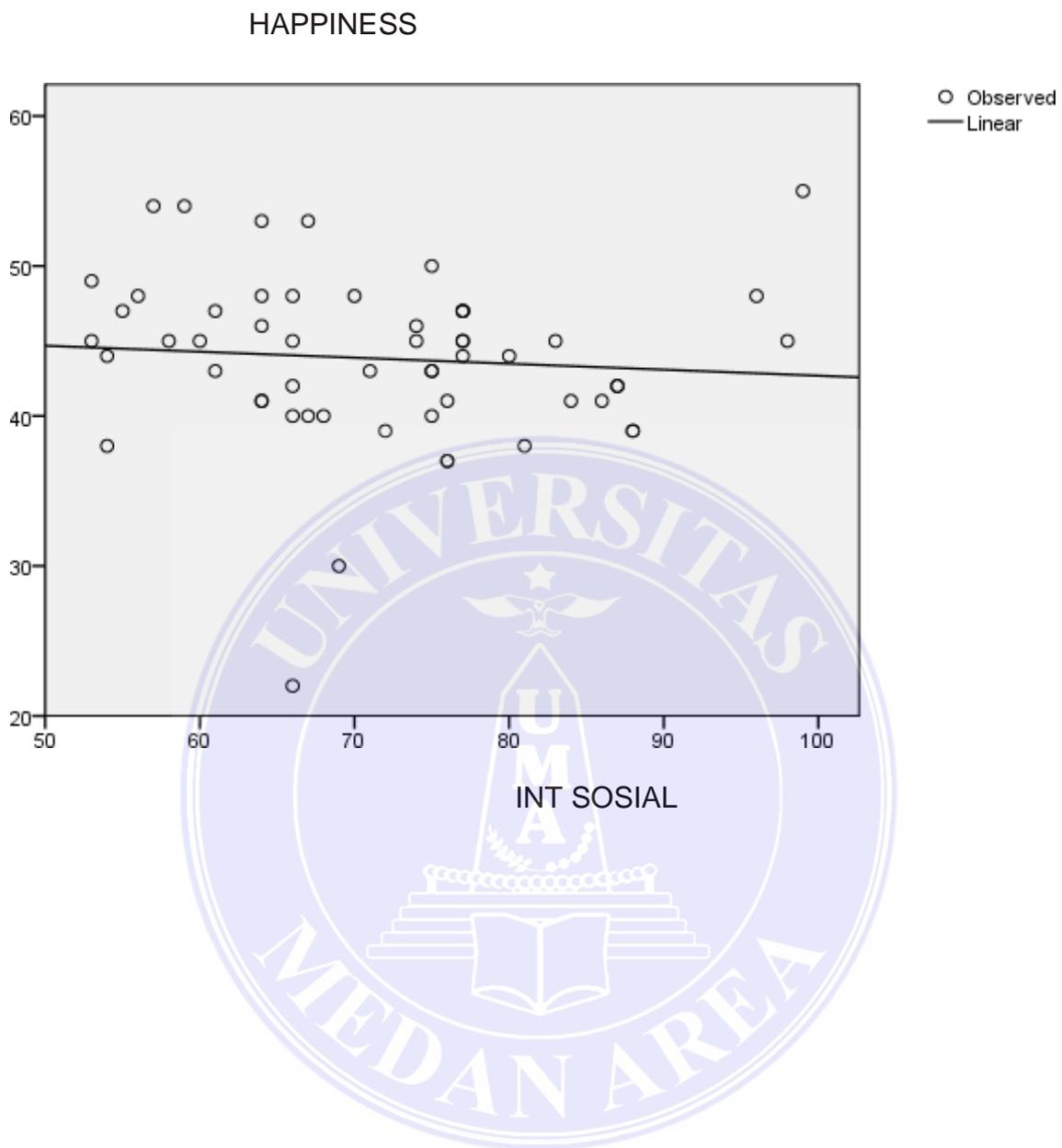
**ANOVA**

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3780.010	1	3780.010	41.098	.000
Residual	4598.817	54	91.976		
Total	8378.827	55			

The independent variable is INT SOSIAL.

**Coefficients**

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
INT SOSIAL	.897	.140	.672	6.411	.000
(Constant)	36.408	12.090		3.011	.004





## UJI HIPOTESA

### UJI EMPIRIK DAN UJI ANALISIS DATA PRODUCT MOMENT

#### Correlations

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
HAPPINESS	43.82	5.615	46
INT SOSIAL	51.21	9.484	46

**Correlations**

		HAPPINESS	INT SOSIAL
HAPPINESS	Pearson Correlation	1	.672**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	46	46
INT SOSIAL	Pearson Correlation	.672**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	46	46

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

