

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa lanjut usia merupakan fase yang akan dilewati oleh setiap manusia. Secara alamiah, setiap manusia akan mengalami fase lansia tersebut. Lansia berada jauh dari suatu periode dimana ketika seorang sudah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau berganti waktu dari yang penuh bermanfaat. Proses penuan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dicegah dan merupakan hal yang wajar yang dapat dialami oleh orang yang diberikan karunia umur panjang, dan semua orang berharap menjalani hidup dengan tenang dan damai. (Wahyudi, 2023). Proses penuaan adalah sesuatu yang alami dan tidak dapat dicegah. Semua orang secara alami akan menjadi tua, dan masa tua adalah fase kehidupan manusia yang terakhir. (Sari, 2018).

Lanjut usia harus menyesuaikan diri kembali dengan ketidak berdayaannya karena keadaan fisik mereka, yang mencakup penurunan kekuatan fisik, sensasi, potensi, dan kemampuan intelektual. Beberapa penyakit seperti masalah sirkulasi darah menunjukkan penurunan fisik. persendian, sistem pernafasan, neurologi, metabolisme, neoplasma dan masalah mental, jadi keluhan sering mengkaji kesehatan fisik orang lanjut usia harus mempertimbangkan kehilangan penglihatan, pendengaran, gerakan yang terbatas, dan waktu respons yang lamban, serta masalah saluran pencernaan, saluran kencing, fungsi indra, dan penurunan konsentrasi (Festi, 2018). Pada umumnya setelah orang memasuki lansia maka ia

mengalami penurunan fungsi kognitif dan psikomotor. Fungsi psikomotorik (konatif) meliputi hal-hal yang berkaitan dengan dorongan kehendak seperti gerakan, tindakan, dan koordinasi, serta proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian, dan perhatian, antara lain yang menyebabkan reaksi dan perilaku menjadi lebih lambat pada usia tua (Siyoto, 2016).

Salah satu aspek yang mengalami perubahan cukup besar dimasa lanjut usia adalah kehidupan sosial. Perubahan ini seringkali diikuti oleh penyesuaian dalam hal fisik dan kognitif. Jika tidak dihadapi dengan sikap yang positif, perubahan dalam kehidupan sosial dapat menjadi pemicu stress bagi lansia. Namun, tidak sedikit lansia yang mampu mempertahankan peran sosialnya dan mencapai keadaan yang stabil. (Indriyani, 2024)

Perubahan-perubahan dalam kehidupan yang harus dihadapi oleh individu usia lanjut khususnya berpotensi menjadi sumber tekanan dalam hidup karena sigma menjadi tua adalah suatu yang berkaitan dengan kelemahan ketidak berdayaan, masa lansia sering dimaknai sebagai masa kemunduran, terutama pada keberfungsian fungsi-fungsi fisik dan psikologis. Bahaya psikologis pada lansia dianggap memiliki dampak lebih besar dibandingkan dengan usia muda, karena penyesuaian pribadi dan sosial pada lansia jauh lebih sulit. Dengan demikian dibutuhkan kondisi hidup yang menunjang juga dibutuhkan agar lansia tidak tertekan karena memasuki masa lansia. Kondisi hidup ini antara lain adalah sosial ekonomi, Kesehatan, kemandirian, Kesehatan mental (Hurlock, 2004)

Teori *psychological Well Being* menurut Carlo Ryff (1989), kerangka teoritis yang menjelaskan apa yang membuat hidup seseorang benar-benar “berkualitas”

secara psikologis, tidak hanya bebas dari gangguan mental, tetapi juga penuh dengan makna, tujuan, dan pertumbuhan pribadi. menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi utama, yaitu : *Self-Acceptance* (penerimaan diri), *Positive Relations With Others* (hubungan positif dengan orang lain), *Autonomy* (otonomi), *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan), *Purpose in life* (tujuan hidup), *Personal Growth* (pertumbuhan Pribadi).

Menurut World Health Organization (WHO) Populasi dunia menua dengan cepat. Pada tahun 2020, 1 miliar orang di dunia berusia 60 tahun atau lebih. Angka itu akan meningkat menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030, yang berarti satu dari enam orang di dunia. Pada tahun 2050, jumlah orang yang berusia 60 tahun ke atas akan berlipat ganda menjadi 2,1 miliar. Jumlah orang yang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 menjadi 426 juta. Sekitar 14% orang dewasa berusia 60 tahun ke atas hidup dengan gangguan mental. Menurut estimasi kesehatan global health estimates (GHE) 2019, kondisi ini mencakup 10,6% dari total disabilitas (dalam tahun kehidupan yang disesuaikan dengan disabilitas, DALY) di antara orang dewasa yang lebih tua. Kondisi kesehatan mental yang paling umum untuk orang dewasa yang lebih tua adalah depresi dan kecemasan. Global health estimate (GHE) 2019, menunjukkan bahwa secara global, sekitar seperempat kematian akibat bunuh diri (27,2%) terjadi pada orang berusia 60 tahun ke atas.

Berdasarkan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, maka yang dimaksud dengan lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Adapun kategori lanjut usia menurut WHO

dalam (Utomo, 2019) adalah sebagai berikut *Elderly* (60-74 tahun), *old* (75-89 tahun) dan *very old* (> 90 tahun).

Secara sosial lanjut usia cenderung mengurangi atau bahkan berhenti melakukan aktivitas sosial atau menarik diri dari pergaulan sosial. Akibatnya, interaksi sosial lanjut usia menurun secara kuantitatif dan kuantitatif, termasuk kehilangan peran, kontak sosial, dan komitmen karena mereka merasa tidak dapat melakukannya lagi. Dalam teorinya, Erikson mengatakan bahwa orang yang sampai pada tahap ini berarti sudah cukup berhasil melewati tahap-tahap sulit dari kehidupan manusia. Namun puncak kehidupan tersebut kemudian berubah menjadi anti-klimaks yang menjadikan mereka merasa tersingkir dan dianggap tidak berguna karena sudah tua. (Sumanto, 2014)

Melihat fenomena yang terjadi sekarang ini kebanyakan lansia yang mengalami kegagalan dalam tugas perkembangannya. Menurut (Afrizal, 2018), sebagian besar lansia perlu beradaptasi dengan penurunan kondisi fisik dan kesehatan, yang menjadi salah satu tantangan utama dalam masa tua. Misalnya, perubahan fisik yang dialami membuat mereka merasa tidak mampu lagi melakukan aktivitas seperti saat masih muda. Akibatnya, mereka bisa kehilangan motivasi dan mulai menjauh dari lingkungan sosial. Selain itu, masalah lain yang kerap muncul pada usia lanjut meliputi perasaan tidak berguna, keinginan untuk segera meninggal atau bahkan pikiran untuk bunuh diri, serta meningkatnya kebutuhan akan perhatian. Kondisi-kondisi ini dapat menyebabkan menurunnya harapan hidup di kalangan lansia. Oleh karena itu, penting untuk dipahami bahwa mencapai usia panjang

bukan hanya soal menjaga kesehatan jasmani, tetapi juga bagaimana seseorang menjaga kesehatan mental dan cara pandangya terhadap kehidupan di usia senja.

Berdasarkan fenomena yang dilihat di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman merupakan salah satu lembaga pelayanan sosial yang menampung 110 orang lanjut usia dengan beragam latar belakang, mulai dari yang tidak memiliki keluarga, ditinggalkan anak, hingga yang mengalami penurunan kondisi fisik dan kesehatan mental. Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 14 dan 15 April 2025 di panti tersebut, terlihat bahwa sebagian besar lansia menunjukkan kondisi psikologis yang beragam. Ada lansia yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, tampak tenang dan religius, serta dapat menjalin hubungan positif dengan sesama penghuni maupun pengasuh. Namun, sebagian lainnya menunjukkan gejala psikologis yang kurang baik, seperti merasa kesepian, pasif dalam kegiatan, dan mengalami kesulitan mengekspresikan perasaan.

Berdasarkan data lapangan, Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin di Padang Pariaman merupakan panti lansia terbesar di Sumatera Barat dengan jumlah penghuni sekitar 110 orang lansia, sedangkan PSTW Kasih Sayang Ibu (KSI) di Batusangkar menampung sekitar 70 orang lansia terlantar (Dinas Sosial Sumbar, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua panti menghadapi tantangan dalam aspek kesejahteraan psikologis, di mana di PSTW Sabai Nan Aluih terdapat 67 lansia dengan gejala depresi ringan hingga sedang, sementara di PSTW KSI Batusangkar tercatat sekitar 42 lansia dengan kondisi serupa (HDRS, 2023). Perbedaan kapasitas hunian ini menunjukkan bahwa meskipun Sabai Nan Aluih memiliki jumlah penghuni lebih besar, namun

permasalahan kesejahteraan psikologis tetap menjadi persoalan utama di kedua panti, sehingga memerlukan pembinaan sosial, kesehatan, dan dukungan psikologis yang lebih optimal agar lansia dapat menjalani masa tuanya dengan lebih sejahtera.

Fenomena ini penting untuk diteliti karena kesejahteraan psikologis merupakan faktor utama yang memengaruhi kualitas hidup lansia. Lansia yang mampu menerima dirinya dengan baik, menjalin hubungan positif, memiliki tujuan hidup, serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan akan lebih siap menghadapi masa tuanya dengan tenang. Sebaliknya, lansia yang mengalami kesepian, kehilangan makna hidup, dan tidak mampu mengembangkan dirinya berpotensi mengalami tekanan psikologis. Oleh karena itu, permasalahan ini sangat penting untuk diteliti untuk mengetahui “ **Kesejahteraan Psikologis Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman.**”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka perlu dijelaskan pokok masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Kesejahteraan psikologis lansia di panti jompo Ttresna werdha sabai nan aluih, Sicincin Padang Pariaman?

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus dan terarah, di buatlah Batasan masalah yang akan peneliti teliti yaitu sebagai berikut:

1. Penerimaan diri pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman

2. Hubungan positif dengan orang lain terbentuk dan dirasakan oleh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman
3. Tingkat otonomi yang dimiliki lansia dalam mengambil keputusan atau mengatur kehidupannya di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman
4. Lansia menjalani kehidupan yang memiliki tujuan selama tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih
5. Kemampuan lansia dalam mengelola lingkungannya di lingkungan Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman
6. Perkembangan pribadi dialami oleh lansia selama tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman

D. Tujuan

Adapun tujuan yang hendak dicapai melalui penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran penerimaan diri pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman
2. Untuk mengetahui hubungan positif dengan orang lain terbentuk dan dirasakan oleh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman

3. Untuk mengetahui tingkat otonomi yang dimiliki lansia dalam mengambil keputusan atau mengatur kehidupannya di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman
4. Untuk mengetahui lansia menjalani kehidupan yang memiliki tujuan selama tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih
5. Untuk mengetahui kemampuan lansia dalam mengelola lingkungannya di lingkungan Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman
6. Untuk mengetahui perkembangan pribadi dialami oleh lansia selama tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih, Sicincin, Padang Pariaman

E. Manfaat

1. Secara Teoritis, yaitu untuk mengembangkan ilmu pengetahuan. Hasil penelitian ini diharapkan bisa berguna bagi pengembangan ilmu, khususnya dibidang bimbingan konseling islam yang dapat digunakan sebagai bahan referensi dan dapat diberikan informasi teoritis maupun praktis, khususnya bagi pihak-pihak yang melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan permasalahan dalam penelitian ini.
2. Secara Praktis, Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pemahaman yang lebih baik tentang Gambaran kesejahteraan psikologis lansia di panti jompo tresna werdha sabai nan alui Sicincin Padang Pariaman, dengan implikasi praktis seperti peningkatan kualitas layanan dan pengembangan program intervensi yang efektif untuk

meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan untuk mengembangkan kebijakan yang mendukung kesejahteraan psikologis lansia dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya memperhatikan kesehatan psikologis lansia. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori dan model yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, sehingga dapat menjadi referensi bagi lembaga terkait dan masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

