

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Jumlah wanita lanjut usia di Jawa Timur tercatat sebanyak 2.197.114 dan sebanyak 1.231.745 berstatus janda cerai mati (ditinggal meninggal suami) (BPS, 2010). Hurlock (2002:425) juga memperkirakan bahwa separuh dari wanita yang berusia 60 tahun menjadi janda karena kematian suami. Menurut Sirait & Riyandina (1999) jumlah janda di Indonesia juga menunjukkan jumlah yang lebih besar jika dibanding jumlah duda, dari 37,4% lanjut usia yang cerai mati hanya 6,9% lanjut usia yang berstatus duda, sedangkan sisanya adalah janda. Jumlah lanjut usia yang menjadi janda lebih banyak jika dibandingkan dengan jumlah duda, hal ini karena dipengaruhi faktor bahwa pria biasanya menikahi wanita yang lebih muda, secara statistik pun wanita memiliki angka harapan hidup yang lebih lama dibanding pria (Grundy, dalam Hurlock, 2002).

Menurut Hurlock (2002) menjadi janda akibat ditinggal meninggal suami membutuhkan penyesuaian-penyesuaian, antara lain; menghadapi putusnya ikatan pernikahan yang telah lama terjalin, munculnya peran dan status baru, kekurangan keuangan. Bagi sebagian janda, mereka akan ditinggalkan tanpa sistem pendukung yang kuat (tidak ada pensiun, tidak memiliki anak) (Santrock, 2002). Janda juga harus terbiasa dengan pola hidup baru, dimana janda tidak bisa sepenuhnya lagi bergantung pada perlindungan suami. Setelah meninggalnya pasangan, janda akan mencari dukungan dari orang-orang terdekatnya terutama

dari anak (McGloshen&O'Bryant, 1988). Tetapi kenyatannya, janda tidak bisa begitu saja bergantung pada anaknya karena bisa saja anak sudah berkeluarga dan memiliki kehidupan sendiri yang tentu saja juga memiliki permasalahan hidup sendiri. Hal ini bukan tidak mungkin juga akan membuat janda lanjut usia merasa sedih karena merasa tidak ada lagi tempat bergantung setelah suaminya pergi. Kehilangan pasangan bagi wanita lanjut usia juga merupakan tekanan psikologis yang cukup tinggi (Hurlock, 2002). Tidak heran jika kehilangan pasangan karena meninggal sering dikaitkan dengan perasaan depresi, meningkatnya konsultasi medis, kasus rawat inap di rumah sakit, meningkatnya perilaku yang merusak kesehatan seperti merokok dan minum-minum dan meningkatnya angka kematian dari rata-rata normal (Zisook, Schuchter, & Lyous, 1987 dalam Santrock, 2002).

Meninggalnya pasangan menurut Hurlock (2002) dipandang sebagai suatu permasalahan bagi wanita dibanding bagi pria. Selain masalah ekonomi, wanita yang ditinggal meninggal oleh suami dinilai lebih banyak menghadapi perubahan-perubahan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aldwin dan Levenson, 2001 dalam Papalia, 2008) wanita yang ditinggalkan suaminya akan merasa lebih kehilangan pasangan hidup dibandingkan dengan suami, perasaan duka cita yang dirasakan oleh wanita juga dinilai lebih bertahan lama dibandingkan dengan pria, dalam hal ini pria dipandang lebih bisa mengatasi duka cita. Menghadapi kehilangan suami juga akan menimbulkan dampak depresi dan masalah kesehatan mental lebih besar pada wanita (Antonucci & Akiyama, 1997 dalam Papalia, 2008). Kemampuan fisik wanita yang lebih lemah jika dibandingkan dengan kondisi fisik pria juga menjadi kelemahan bagi wanita yang ditinggal meninggal

suaminya ketika dihadapkan pada urusan yang berkaitan dengan rumah, seperti melakukan perbaikan rumah, mengerjakan tugas rumah yang berat yang biasanya dilakukan oleh suami serta bahaya adanya tindak kejahatan di rumah seperti aksi perampokan dan penipuan (Hurlock, 2002; Hoyer & Paul, 2003)

Kebudayaan Indonesia, telah terbiasa menganggap bahwa ketika orangtua menjadi lanjut usia maka orangtua akan menjadi tanggung jawab anak, termasuk didalamnya, dirawat dan tinggal bersama anak (Sumaryato, 2003). Tetapi yang menarik akhir-akhir ini banyak kita temui lanjut usia yang tinggal sendiri, bahkan pada lanjut usia yang telah ditinggal meninggal pasangannya. Hal ini menurut Hurlock (2002) dikarenakan sikap individu generasi modern yang kurang merasa mempunyai kewajiban terhadap orang tuanya, dibandingkan dengan generasi masa silam, dan sebagian kecil lagi karena generasi sekarang sering berpindah tempat tinggal, daerah yang jauh dengan tempat tinggal orang tuanya. Dari sisi orangtua mereka biasanya tidak enak jika tinggal serumah dengan menantu, mereka menganggap hal ini akan menimbulkan konflik, selain itu lanjut usia juga biasanya akan berat meninggalkan rumah mereka.

Menurut Hughes (dalam Santrock, 2002) obat yang paling mujarab bagi lanjut usia dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi adalah kasih sayang dan perhatian dari orang-orang sekitarnya, terutama dari keluarga. Ketika usia bertambah tua, seseorang akan mulai menseleksi orang-orang yang ada di sekitarnya, dan lanjut usia merasa akan puas dan bahagia jika orang-orang terdekatnya itu adalah keluarganya sendiri (Cartensen, 1992 dalam Papalia, 2008). Penelitian yang dilakukan di China menemukan bahwa lanjut usia yang tinggal

sendiri memiliki tingkat *Well-Being* yang lebih rendah dibandingkan dengan yang tinggal dengan anak atau anggota keluarga yang lain (Chen & Short, 2008). Tinggal dengan anak juga dapat menghindarkan lanjut usia dari depresi dan meningkatkan kesehatan pada lanjut usia di Spanyol (Zunzunegui et al., 2001 dalam Chen & Short, 2008).

Tinggal sendiri di rumah, jika dilihat dari kemunduran-kemunduran dan hambatan-hambatan fisik yang terjadi pada wanita lanjut usia merupakan hal yang membahayakan. Hal ini dilihat dari faktor lanjut usia yang sudah sakit-sakitan yang tentu saja membutuhkan pengawasan, selain itu berkurangnya kemampuan fungsi tubuh, seperti penglihatan dan pendengaran yang sudah mulai berkurang juga akan membuat lanjut usia rentan mengalami “kecelakaan” jika harus tinggal di rumah sendiri. Lanjut usia juga akan mulai kesusahan untuk bisa mengurus keperluan diri sendiri (Hurlock, 2002).

Tinggal sendiri bagi janda lanjut usia juga memiliki dampak psikologis yang besar. Perasaan tidak berguna, karena sudah tidak lagi bisa bekerja, perasaan sedih karena ditinggal suami dan mulai meninggalnya teman-teman merupakan faktor-faktor yang membuat janda lanjut usia menjadi sedih dan tertekan (Reza, 2008). Perasaan kesepian juga dilaporkan akan menambah dampak stres psikologis pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri (Martin, Hagberg dan Poon, 1997 dalam Papalia, Olds & Feldman, 2008)). Saat inilah peran keluarga terdekat dibutuhkan untuk membantu agar janda lanjut usia tidak merasa sedih dan tertekan. Berikut ini petikan wawancara kepada dua orang janda, ketika ditanya bagaimana rasanya hidup sendiri

“ya gitu mbak, rasanya engga enak memang, sepi apalagi pas abis pakdhe meninggal. Budhe kesepian, mana anak-anak budhe semua engga di Surabaya....uhm, sebenarnya si budhe lebih milih tinggal sama anak-anaknya budhe mbak, daripada dirumah sendirian. Mana budhe udah mulai tua udah mulai ga bisa ngapa-ngapain sendiri.. Kadang ya nelongso mbak, apalagi misal budhe sakit malem-malem mau ke dokter budhe ya ga ada yang nganter, takut juga kalau misal hujan terus rumah budhe ada yang bocor, beda pas ada pakdhe dulu budhe ga takut. (R, 62 tahun)”

“kalo tante si biasa mbak udah ditinggal sama anak. Kesepian si cuma kadang anak tante kan kalau weekend kerumah. Iya kalau boleh milih kadang ya tante mending tinggal sama Mbak E atau mbak Y, gag tau lah mungkin ntar kalau tante udah tua banget ya tante tinggal sama anak, cuma tante ya masih bingung jangan-jangan nanti kalau tante tinggal bareng anak tante ngerasa ga enak. Jadi selama tante masih kuat ya tante tinggal sendiri. Yang tante takut kalau udah mulai malem, tante takut ada maling, takut kalau tante moro-moro sakit juga..(A, 64 tahun)

Dilihat dari hambatan serta kemunduran-kemunduran yang dituturkan oleh subyek B (62 tahun) dan subyek A (64 tahun), maka didapat gambaran jika lanjut usia merupakan suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock, 2002). Menurut Hurlock (2002), usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Efek perubahan fisik dan psikologis tersebut menuntut sejauh mana penyesuaian diri pada lanjut usia, akan tetapi, ciri-ciri lanjut usia cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kebahagiaan.

Dampak psikologis dari perubahan yang terjadi pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri (seperti meninggalnya suami yang selama ini menjadi tempat bergantung, kesulitan ekonomi yang mungkin timbul dikarenakan sudah tidak adanya suami sebagai pencari nafkah, serta kesepian karena harus tinggal sendiri setelah suami meninggal dan anak yang telah memiliki keluarga sendiri), tentu tidak dapat dikatakan ringan. Dalam hal ini bisa saja subyek tidak bisa menerima dirinya dan merasa bahwa dirinya negatif, tidak menutup juga janda lanjut usia ini

juga merasa terisolasi karena hidup sendiri. Dan jika perasaan-perasaan negatif ini terus berlanjut, maka akan berpengaruh pada kondisi psikologis lanjut usia tersebut. Lanjut usia ini sulit mencapai kondisi psikologis yang sehat, yang berarti pula tidak mampu mencapai kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) (Ryff, 1995 dalam Papalia, 2008) Kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif (*positive psychological functioning*) yang dikemukakan oleh beberapa ahli psikologi. Kesejahteraan psikologis dipandang sebagai suatu aspek penting dalam proses penuaan yang positif, dan juga sebagai komponen yang sangat diperlukan dalam perkembangan sepanjang hidup serta dalam proses adaptasi (Ryff, 1989)

Penulis tertarik untuk mengambil pokok bahasan tentang janda lanjut usia yang tinggal sendiri dikarenakan, jika dilihat dari kemunduran dan kondisi fisik yang dimiliki oleh lanjut usia, tentu bukan perkara yang ringan untuk tetap bertahan hidup sendiri tanpa ada bantuan atau perawatan dari orang lain, yang pada tulisan ini merujuk pada hadirnya anak, karena sesuai dengan budaya kita sebagai orang Indonesia, dimana orangtua akan cenderung ikut anak jika sudah mencapai usia lanjut, oleh sebab inilah maka pada penelitian ini memiliki anak menjadi salah satu kriteria dalam pemilihan subjek. Lanjut usia yang tidak memiliki anak tentu tidak akan memiliki keinginan atau bahkan harapan untuk hidup dengan anak, karena dirinya sadar dirinya tidak memiliki anak, sehingga ketika telah berusia lanjut, lanjut usia yang tidak memiliki anak ini tentu sudah memiliki bayangan untuk tinggal sendiri, atau bahkan ada beberapa diantaranya

yang telah mempersiapkan rumah tinggal alternatif (Papalia, Olds & Feldman, 2008). Dukungan atau kehadiran anak juga dituliskan akan membuat kondisi psikologis janda membaik setelah janda ditinggal meninggal oleh pasangan hidupnya (suami) (Gryzwacz & Marks, 1999; Umberson, 1987 dalam Ryan & Willits, 2007). Tinggal sendiri setelah meninggalnya suami bukan tidak mungkin akan menyebabkan stress yang nantinya akan berdampak pada kondisi *Psychological Well-Being* dan kesehatan mental janda tersebut. Tingkat *well-being* yang rendah tentu saja bukan hal yang bagus bagi tiap individu, tingkat *well-being* yang rendah dikaitkan dengan lemahnya daya tahan tubuh dalam melawan penyakit, orang yang memiliki *well-being* rendah juga diprediksi akan memiliki tingkatan umur yang lebih pendek dibandingkan dengan orang yang memiliki tingkat *well-being* yang lebih tinggi (Lyubomirsky, 2005 dalam Eid & Larsen, 2008). Hal yang sedikit berbeda tetapi ditemukan oleh penulis. Penulis juga melihat, ada beberapa janda lanjut usia yang tetap bisa terlihat hidup bahagia, walaupun dia telah ditinggal meninggal suami. Janda lanjut usia ini juga memutuskan sendiri untuk tinggal sendiri dibandingkan harus tinggal bersama anak. Janda lanjut usia ini juga dilihat penulis masih bisa melakukan kegiatan mengurus rumah tangga sendiri, bahkan janda lanjut usia ini ada yang masih aktif bekerja di suatu pabrik dan ada yang aktif dalam beberapa organisasi. Oleh sebab itu penulis ingin melihat bagaimana kondisi janda lanjut usia yang tinggal sendiri tersebut dan mengapa janda-janda ini tetap dapat tampak bahagia dalam menjalani hidupnya. Pemilihan subjek yang menggunakan subjek janda lanjut usia yang tampak bahagia, memang dimaksudkan untuk mendapatkan subjek yang memiliki

tingkatan *Psychological Well-being* yang tinggi. Hal ini dikarenakan penulis tertarik untuk melihat aspek apa yang membuat *Psychological Well-being* pada subjek janda lanjut usia yang tinggal sendiri ini tinggi, termasuk didalamnya melihat kendala apa saja yang mungkin akan timbul ketika subjek lanjut usia memilih untuk tinggal sendiri. Setelah ditemukan gambaran aspek apa saja yang membuat janda lanjut usia yang tinggal sendiri bisa memiliki *Psychological Well-Being* yang tinggi, penulis juga ingin menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi untuk lanjut usia lain yang telah menjadi janda atau bahkan tinggal sendiri agar bisa memiliki *Psychological Well-being* yang tinggi. Penulis menggunakan pendekatan kualitatif agar bisa menggali informasi lebih dalam mengenai *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia tersebut, sehingga didapatkan fakta-fakta yang akurat mengenai kondisi janda tersebut.

1.2. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah saya uraikan diatas, maka fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri maka untuk menjawab fokus penelitian dirumuskan pertanyaan penelitian. Pertanyaan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri?” serta “Aspek apa yang mempengaruhi *Psychological well-being* pada janda lanjut usia ini?”

1.3. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Sedikitnya penelitian tentang lanjut usia, bahkan jika ada penelitian tentang lanjut usia maka yang banyak dikaji adalah proses-proses kemunduran dan ketidakmampuan lanjut usia, seperti kemunduran intelektual yang banyak terjadi pada lanjut usia, depresi yang sering terjadi pada lanjut usia yang akan susah untuk ditangani, dan berubahnya perilaku seksual (Davison, 2006:737). Belum lagi stereotype tentang lanjut usia dimana dikatakan bahwa lanjut usia itu uzur, dimana uzur sendiri merujuk pada periode waktu selama usia lanjut, ketika kemunduran fisik dan disorganisasi mental. Orang yang uzur biasanya akan menjadi eksentrik, kurang perhatian dan terasing secara sosial dan memiliki penyesuaian diri yang buruk (Hurlock, 2002:380).

Padahal tidak selamanya lanjut usia merupakan orang-orang yang selalu mendapat citra negatif. Menurut teori perkembangan Erickson sendiri menuliskan bahwa lanjut usia (usia 60 tahun) adalah periode integritas versus kekecewaan, dimana ada periode ini lanjut usia akan melakukan evaluasi atas kegiatan yang telah dilalui pada masa-masa sebelumnya. Jika dia mengembangkan pandangan positif pada tahun-tahun sebelumnya maka dia akan merasa puas tetapi jika tidak maka ia akan merasa putus asa. Dari hal ini penulis menyimpulkan bahwa tidak selalu lanjut usia merasa putus asa terhadap hidupnya, akan ada lanjut usia yang merasa puas terhadap pencapaian dalam hidupnya (Santrock, 2002:42-44)

Fase lanjut usia seperti fase pada rentang kehidupan yang lain, juga memiliki tugas perkembangan yang khas dan diperlukan penyesuaian yang harus

dilakukan. Tetapi yang terjadi, tidak semua lanjut usia dapat melakukan hal ini, sehingga hal-hal tersebut menjadi suatu stressor tersendiri. Penelitian tentang faktor-faktor yang mengakibatkan stres pernah dilakukan oleh Holmes dan Rahe (1967 dalam Davison, 2006) dan penelitian Holmes dan Rahe sendiri telah menghasilkan Skala Rating Penyesuaian Diri. Pada item-item skala ini, peneliti banyak melihat bahwa peristiwa-peristiwa ini adalah peristiwa yang banyak dilalui oleh lanjut usia, seperti peristiwa kematian pasangan (walaupun tidak selalu tetapi sering kita lihat pada pasangan yang lanjut usia), cedera atau penyakit yang dialami diri sendiri (dilihat dari kemunduran fisik pada tahapan perkembangan lanjut usia), pensiun, perubahan aktifitas sosial, perubahan tempat tinggal. Hasil dari item-item ini menunjukkan bahwa lanjut usia merasa item-item ini memberi dampak stres tersendiri.

Penelitian tentang *Psychological Well-Being* menarik minat banyak peneliti sejak tahun 1960. Kajian tentang *Psychological Well-Being* juga telah banyak diaplikasikan pada beberapa topik psikologi, seperti *Psychological well-being* pada orang bekerja, *Psychological Well-Being* orang dengan penyakit tertentu, *Psychological Well-Being* pada orang dengan pekerjaan yang negatif (pembunuh, anak jalanan, pelacur), tetapi lebih lanjut dalam tulisan ini signifikansi dan keunikan penelitian hanya akan membahas topik kajian *Psychological Well-Being* pada janda yang ditinggal meninggal pasangannya dan yang tinggal sendiri. Penelitian tentang *Psychological Well-Being* pada janda pernah dilakukan oleh Riawaty (2006) dengan judul *Gambaran Psychological Well-Being pada Wanita Dewasa madya yang menjanda Akibat Suami Meninggal*. Penelitian tentang

Psychological Well-Being pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri tentu akan memiliki perbedaan, karena jika dilihat dari tahapan perkembangan tentu akan berbeda tantangan yang dihadapi oleh janda dewasa madya dengan janda lanjut usia (Hurlock, 2003).

Kajian tentang *Psychological Well-being* pada janda lanjut usia pernah dilakukan oleh McGloshen & O'Bryant pada ras kaukasian di Amerika Serikat pernah dilakukan pada tahun 1988, tetapi tentu saja penelitian seperti ini hasilnya belum tentu sama dengan hasil penelitian di Indonesia, dikarenakan perbedaan kultural, tingkat pendidikan, geografis, dan kepribadian antara orang Indonesia dan Amerika Serikat.

Tempat dimana janda lanjut usia tinggal juga dikatakan memiliki dampak dalam skor *well-being* seseorang (Chen & Short, 2003). Lanjut usia di Indonesia (kebudayaan timur), yang telah terbiasa dengan kebudayaan bahwa ketika memasuki usia lanjut maka ia akan tinggal dengan anaknya tentu akan berbeda tingkat *well-being*-nya dengan lanjut usia yang terbiasa dengan kultur mandiri seperti di Amerika Serikat. Hal ini dibuktikan oleh penelitian tentang Well-Being terkait dengan tempat tinggal lanjut usia juga pernah dilakukan oleh Chen & Short (2003) pada kaum lanjut usia di China, dimana China dianggap mewakili kebudayaan timur yang menyatakan bahwa orang tua ketika telah berusia lanjut akan dirawat oleh sang anak. Dalam penelitian ini ditemukan perbedaan tingkat *well-being* antara lanjut usia yang tinggal sendiri di China dan Amerika Serikat, dimana kaum lanjut usianya lebih mandiri. Penelitian tentang tempat janda lanjut usia tinggal yang terkait dengan Well-Being juga pernah dilakukan oleh

Mahasiswi Universitas Surabaya, Felicia Hutomo dimana penelitian yang dilakukan adalah membandingkan tingkat *well-being* janda lanjut usia yang tinggal di rumah sendiri, ikut dengan anak dan janda lanjut usia yang tinggal di institusi perawatan (panti werdha). Hasilnya menunjukkan bahwa tingkat *well-being* pada janda lanjut usia paling tinggi ditemukan pada janda lanjut usia yang tinggal dengan anak, setelah itu yang tinggal sendiri, dan *well-being* paling rendah ditemukan pada janda lanjut usia yang tinggal di panti werdha. Penelitian ini tidak membahas aspek apa yang mempengaruhi, hanya membandingkan tingkat *well-being* saja oleh sebab itu penelitian yang dilakukan oleh penulis mencoba untuk menemukan aspek apa yang mempengaruhi tingkat Psychological Well-Being pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri.

Berdasarkan uraian-uraian yang telah disebutkan diatas, maka peneliti melihat pentingnya melakukan penelitian tentang Psychological Well-Being pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri, pada janda lanjut usia di Indonesia. Hal ini dikarenakan kebudayaan lanjut usia yang tinggal sendiri bukanlah nilai asli yang dianut oleh masyarakat Indonesia, tetapi akhir-akhir ini banyak ditemui di masyarakat kita lanjut usia yang tinggal sendiri. Oleh sebab inilah peneliti tertarik untuk meneliti topik tersebut.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan penelitian ini yaitu : “Bagaimana *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri?” serta “ Untuk mengetahui aspek apa saja yang

mempengaruhi *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri.”

1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

1. Mengetahui gambaran *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri.
2. Mengetahui aspek yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia yang tinggal sendiri.

Manfaat Praktis

1. Membari gambaran aspek apa yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* pada janda lanjut usia sehingga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan.
2. Memberi gambaran kepada janda lanjut usia yang akan atau ingin tinggal sendiri tentang bagaimana solusi untuk menghadapi situasi tinggal sendiri.
3. Membantu keluarga dan orang sekitar janda lanjut usia untuk mengerti apa yang bisa membuat janda lanjut usia memiliki *Psychological Well-being* yang tinggi sehingga dapat pula meningkatkan kualitas hidup janda lanjut usia.
4. Memberi gambaran pada masyarakat luas, kebutuhan apa saja yang dibutuhkan oleh janda lanjut usia yang tinggal sendiri.