Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi
Vol. 2 No. 4 November 2024
e-ISSN: 3031-0156, p-ISSN: 3031-0164, Hal 287-294
DOI: https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.811
Available Online at: https://journal.arikesi.or.id/index.php/Obsesrvasi

Gambaran Kebahagiaan Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin

Sucitra Indriani[1], Afrinaldi[2], Zulfani Sesmiarni[3], Dodi Pasila Putra[4]
[1,2,3,4]Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
Alamat: Jl. Gurun Aua, Kubang Putiah, Kec. Banuhampu, Kota Bukittinggi, Sumatera Barat 26181
Korespondensi penulis: sucitraindriani1509@gmail.com

Abstract. *This study focuses on the happiness of the elderly living in Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin, Padang Pariaman. An important part to help the elderly overcome the problems they face. This study aims to describe how happy the elderly are in the shelter, where happy elderly tend to be more open to new activities and have lower mortality and death rates. The method used is descriptive qualitative, with the main informant being the shelter officer and the elderly as supporting informants, and the study was conducted from January to June 2022. The results of the study show that the happiness of the elderly is reflected in their daily activities, such as skills guidance, health, religion, arts, social, to mutual cooperation and gymnastics. The elderly also fill their free time by reading the Qur'an and cleaning the environment. They feel happy because they are treated well, do not feel lonely, and consider the residents and staff of the shelter as family. Most of the elderly are comfortable living in the shelter and do not want to go home, even want to be buried there, showing that their happiness has been fulfilled at Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.*

Keywords: *Happiness, Elderly, Panti Tresna Wardha Sabai Nan Aluih Saisinsin*

Abstrak. Penelitian ini berfokus pada kebahagiaan lanjut usia yang tinggal di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin, Padang Pariaman. Kebahagiaan penting untuk membantu para lansia mengatasi masalah yang mereka hadapi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana kebahagiaan lansia di panti tersebut, di mana lansia yang bahagia cenderung lebih terbuka pada aktivitas baru dan memiliki tingkat kematian serta kesengsaraan yang lebih rendah. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, dengan informan utama adalah petugas panti dan lansia sebagai informan pendukung, dan penelitian dilakukan pada Januari hingga Juni 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan lansia tercermin dari aktivitas harian mereka, seperti bimbingan keterampilan, kesehatan, agama, kesenian, sosial, hingga gotong royong dan senam. Lansia juga mengisi waktu luang dengan membaca Al-Qur'an dan membersihkan lingkungan. Mereka merasa bahagia karena diperlakukan dengan baik, tidak merasa kesepian, dan menganggap penghuni serta petugas panti sebagai keluarga. Sebagian besar lansia betah tinggal di panti dan tidak ingin pulang, bahkan ingin dimakamkan di sana, menunjukkan bahwa kebahagiaan mereka telah terpenuhi di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

Kata Kunci : Kebahagiaan, Lanjut Usia, Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin

1. LATAR BELAKANG

Kebahagiaan adalah keadaan atau perasaan tentram dan senang, bebas dari hal-hal yang menyusahkan. Dalam Al-Qur'an, Surah Al-Isra' ayat 23 menekankan pentingnya berbuat baik kepada orang tua, terutama saat mereka lanjut usia, dengan tidak berkata kasar atau membentak mereka. Dalam adat Minangkabau, ayah sebagai kepala keluarga bertanggung jawab penuh terhadap istri dan anak-anak, mencakup tanggung jawab materi, religius, dan ekonomi. Islam mengajarkan untuk menghormati, menyantuni, dan memuliakan orang tua, terutama di usia lanjut (Marsia et al., 2022).

Received: September 10, 2024; Revised: September 25, 2024; Accepted: Oktober 01, 2024; Online Available: Oktober 05, 2024;

Berdasarkan adat Minangkabau yang berpijak pada ajaran Islam, anak-anak wajib memelihara dan merawat orang tua, tidak boleh menitipkan mereka di panti sosial, karena hukumnya "makruh". Dalam pandangan psikolog Erikson, kebahagiaan di usia lanjut muncul dari integritas ego atau kepuasan atas prestasi hidup (Nurhidayah & Agustini, 2012). Menurut Jalaludin Rahmad, kebahagiaan adalah perasaan menyenangkan dan evaluasi seseorang terhadap hidupnya (Nurhidayah & Agustini, 2012). Seligman, melalui psikologi positif, menyebut kebahagiaan sebagai tujuan yang berbeda-beda bagi setiap individu (Setiadi, 2016). Kebahagiaan adalah hak semua orang, tanpa memandang status sosial, dan tantangan hidup tidak seharusnya menghalangi seseorang dari mengejarnya.

Kebahagiaan sangat penting bagi para lansia dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi. Menurut Medley, lansia yang bahagia lebih sadar dan siap untuk terlibat dalam kegiatan baru dibandingkan mereka yang tidak bahagia. Kebahagiaan juga berkorelasi dengan rendahnya kematian dan kesengsaraan di kalangan lanjut usia. Terdapat berbagai faktor yang dapat dimanfaatkan oleh individu untuk mencapai kebahagiaan, yang terdiri dari emosi positif dan aktivitas positif yang terbagi menjadi tiga aspek: masa lalu, masa kini, dan masa depan (Hakim & Hartati, 2017).

Kebahagiaan masa lalu mencakup kepuasan dan kedamaian, di mana rasa bersyukur dan memaafkan menjadi kunci untuk mengubah pemahaman terhadap pengalaman buruk. Sementara itu, kebahagiaan di masa kini ditandai dengan aktivitas yang bersifat gratifikasi, bukan sekadar kesenangan sementara. Kebahagiaan masa depan dicirikan oleh emosi positif seperti harapan dan optimisme, yang penting untuk mencapai kebahagiaan. Secara keseluruhan, kebahagiaan adalah keadaan psikologis yang ditandai dengan tingginya kepuasan hidup dan rendahnya afek negatif, serta bergantung pada kemampuan individu dalam menciptakan kebahagiaan menurut pandangannya sendiri.

Lanjut usia, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, merujuk pada individu yang berumur 60 tahun ke atas. Menurut Hardjomarsono, istilah ini mengacu pada kelompok masyarakat yang telah mencapai usia lanjut. Dalam konteks masyarakat Indonesia, sebutan untuk mereka adalah "manusia usia lanjut," yang kadang-kadang disebut dengan istilah "Warior," kepanjangan dari "warga yang senior," sebagai bentuk penghormatan (Syahidah et al., 2024). Meskipun begitu, pandangan terhadap lanjut usia seringkali negatif, menggambarkan mereka sebagai individu yang renta, sakit-sakitan, dan bergantung pada orang lain. Ketergantungan ini muncul akibat kemunduran fisik, psikis, dan sosial, yang berkontribusi pada persepsi masyarakat terhadap lansia.

Menurut Erikson, tahap lanjut usia dikenal dengan istilah “integrity versus despair,” di mana individu mulai merefleksikan perjalanan hidup mereka. Mereka yang berhasil mengembangkan pandangan positif terhadap masa lalu cenderung merasa puas dan mencapai integritas, sedangkan mereka yang melihat kehidupan secara negatif berisiko mengalami keputusasaan (Herman et al., 2023). Selain itu, lansia juga sering menghadapi berbagai kehilangan, seperti kehilangan pasangan, status, atau teman, yang dapat menyebabkan perasaan kesepian emosional dan situasional. Kehilangan ini sangat dirasakan ketika pasangan hidup meninggal dunia, menciptakan tantangan tambahan bagi mereka, terutama yang tinggal di panti jompo.

Di panti sosial seperti Tresna Werdha, meskipun kebutuhan fisik para lansia terpenuhi, mereka sering merindukan kebersamaan dengan keluarga dan merasa kurang bersemangat. Kehidupan dan perawatan yang lebih baik, kebanyakan pria dan wanita zaman sekarang tidak menunjukan tanda-tanda ketuaan mental dan fisiknya sampai usia 65, bahkan sampai awal 70, karena asalan tersebut ada kecendrungan yang meningkat untuk mengunakan usia 65 sebagai usia pensiun dalam berbagai urusan, sebagai tanda mulainya usia lanjut. Medley mencatat bahwa lansia yang bahagia lebih siap untuk terlibat dalam kegiatan baru, yang menunjukkan hubungan antara kebahagiaan dan kualitas hidup mereka. Kebahagiaan ini dipengaruhi oleh cara individu menilai kehidupannya dan kemampuannya untuk menerima keadaan, yang pada gilirannya menciptakan ketenangan batin. Dengan demikian, penting bagi masyarakat untuk memberikan perhatian lebih kepada lansia agar mereka dapat menikmati masa tua yang bermakna dan bahagia (Eramega & Indriana, 2020).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang menghasilkan data deskriptif dengan melihat perilaku subjek Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang menghasilkan data deskriptif dengan melihat perilaku subjek (Muri Yusuf, 2017). Tujuan dari penelitian deskriptif adalah untuk memahami kondisi nyata di lokasi penelitian dan mengungkap alasan di balik fenomena yang diamati (Sidiq et al., 2019). Studi ini dilakukan di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin, yang terletak di Jalan Raya Padang-Bukittinggi KM 40, Pasar Laban, Sicincin, Kecamatan 2X11, Sicincin, Enam Lingkung, Kabupaten Padang Pariaman, Provinsi Sumatra Utara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan kebahagiaan orang tua yang lajur usia tinggal di sana. Keseluruhan sumber

informasi yang dapat digunakan untuk memberikan data penelitian ini disebut informan penelitian. Petugas dan orang lanjut usia sebagai informan pendukung adalah informan penting dalam penelitian ini. Metode pengumpulan data termasuk wawancara terstruktur dan observasi partisipatif, di mana peneliti langsung terlibat dalam kegiatan sehari-hari subjek. Analisis kualitatif terhadap data yang dikumpulkan dilakukan melalui proses reduksi data, model data, dan verifikasi kesimpulan. Pemilihan dan penyederhanaan informasi adalah bagian dari proses reduksi data, sementara model data membantu menyusun informasi untuk analisis lebih lanjut (Satori & Komariah, 2009). Untuk verifikasi data, kesimpulan awal dibandingkan dengan data yang terkumpul. Teknik triangulasi sumber membandingkan data dari berbagai sumber untuk meningkatkan akurasi dan kepercayaan data untuk memastikan keabsahan data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Kebahagiaan Lanjut Usia dapat terlihat ketika telah melakukan observasi dan wawancara dengan informan kunci dan informan pendukung.

1. Kebahagiaan Akan Masa Lalu

   Kebahagiaan mereka terkait erat dengan hubungan keluarga serta pandangan terhadap masa lalu. Berdasarkan wawancara dengan informan kunci dan pendukung, kebahagiaan masa lalu dapat dicapai melalui pemenuhan kebutuhan rasa aman, perlindungan, serta kedamaian, yang diperkuat oleh sikap bersyukur dan saling memaafkan.

   Sebagian besar lanjut usia yang memiliki hubungan baik dengan keluarga merasakan kebahagiaan, terutama ketika anak, menantu, dan cucu tetap berhubungan dengan mereka, meskipun sebagian di antaranya telah disibukkan dengan kehidupannya masing-masing. Bagi yang tidak memiliki keluarga atau telah diantar ke panti, kebahagiaan tetap dapat dicapai dengan menerima dan mengubah pandangan terhadap masa lalu. Hal ini menunjukkan pentingnya hubungan keluarga dalam mendukung kebahagiaan lanjut usia, namun sikap terhadap kehidupan juga memainkan peran penting dalam menciptakan kebahagiaan tersebut.

2. Kebahagiaan Akan Masa Depan

Kebahagian para lanjut usia menunjukkan bahwa harapan di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin sebagian besar berpusat pada keinginan untuk tetap tinggal di panti hingga akhir hayat mereka, bahkan beberapa ingin dikuburkan di sana. Selain itu, mereka berharap diberikan kesehatan, kelancaran hidup, serta hubungan baik dengan keluarga dan lingkungan sekitar. Dalam hal pengelolaan keuangan, para lanjut usia mendapatkan uang saku yang mereka atur dengan bijak, sering kali menyimpan sebagian karena kebutuhan makan sudah terpenuhi. Perasaan mereka umumnya bahagia dan nyaman di panti karena lingkungan yang mendukung, pelayanan yang baik, dan adanya banyak teman untuk berbagi cerita. Mereka merasa lebih aman dan tidak kesepian dibandingkan tinggal sendiri di rumah. Terkait emosi, lanjut usia memiliki berbagai cara untuk mengontrolnya, seperti berdoa, berdiam diri, dan bersabar dalam menghadapi teman atau situasi yang memicu emosi.

3. Kebahagiaan Dimasa Kini

Kebahagiaan lanjut usia yang tinggal di panti umumnya merasa nyaman dan menganggap petugas panti sebagai keluarga mereka. Ketika mengalami kesulitan, mereka lebih cenderung meminta bantuan kepada petugas panti, meskipun beberapa juga meminta bantuan tetangga jika diperlukan. Sebagian besar lansia berusaha untuk mandiri dalam kegiatan sehari-hari dan hanya meminta bantuan ketika benar-benar tidak mampu. Mereka umumnya merasa bahagia mengikuti kegiatan di panti karena kegiatan tersebut membantu menjaga kesehatan fisik dan mental mereka. Hubungan sosial di panti cukup baik meskipun ada beberapa perbedaan kepribadian di antara penghuni, yang dianggap sebagai hal biasa dalam interaksi sosial. Lansia di panti juga mendapatkan dukungan dalam hal keagamaan dan spiritualitas, dengan adanya program sholat berjamaah dan pengajian yang diikuti sebagian besar penghuni.

Pembahasan

Kebahagiaan Lanjut Usia di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

Berdasarkan hasil wawancara, terungkap bahwa lanjut usia di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin merasa bahagia karena mendapatkan perlakuan yang baik dan penuh kasih sayang dari petugas panti. Mereka diperlakukan layaknya keluarga, diberi fasilitas yang baik, serta dilayani dengan makanan dan kebutuhan lainnya secara teratur. Meskipun tinggal di panti, lanjut usia merasa bahwa mereka tidak menjauh dari keluarga, karena tetap terhubung dan

sering dikunjungi. Mereka merasa lebih dihargai dan bahagia karena tidak lagi merasakan kesepian yang biasanya dirasakan saat tinggal di rumah, di mana anak-anak mereka sibuk dengan urusan masing-masing.

Kebahagiaan lanjut usia di panti ini sejalan dengan pendapat Erikson yang menekankan bahwa kebahagiaan pada usia lanjut ditandai dengan adanya integritas ego, yakni kepuasan diri atas pencapaian hidup mereka (Patriana & Muhammad, 2019). Lanjut usia merasa tenang karena mereka dapat hidup mandiri dan merawat diri sendiri tanpa terlalu bergantung pada orang lain. Harapan mereka adalah tetap sehat, kebutuhan hidup terpenuhi, dan hubungan sosial dengan lingkungan sekitar tetap harmonis. Bahkan, beberapa dari mereka merasa begitu nyaman hingga berkeinginan untuk tinggal di panti seumur hidup dan dikuburkan di sana.

Lanjut usia juga memiliki kendali atas keuangan mereka sendiri dengan uang saku yang diberikan setiap hari, meskipun mereka harus belajar menahan diri agar tidak mudah terbawa emosi saat marah. Ketika menghadapi kesulitan, mereka sering meminta bantuan kepada petugas panti yang tanggap dan cepat membantu, baik dalam hal kebutuhan fisik maupun sosial. Kegiatan yang diadakan di panti juga menjadi sumber kebahagiaan bagi mereka, karena membantu mengisi waktu luang dengan aktivitas yang produktif, terutama kegiatan keagamaan seperti sholat berjemaah dan membaca Al-Qur'an.

Menurut hasil observasi, para lanjut usia di panti menjalani hidup dengan penuh kebahagiaan karena mereka dapat berbagi cerita dan keluh kesah dengan teman sebaya. Mereka mengikuti berbagai kegiatan yang bermanfaat, seperti bimbingan sosial, kesehatan, dan keagamaan, serta senam pagi dan gotong royong. Semua layanan di panti diberikan secara gratis, dan lanjut usia diajarkan untuk hidup mandiri. Kebahagiaan yang mereka rasakan sejalan dengan pendapat Medley, yang menyatakan bahwa lanjut usia yang bahagia lebih siap terlibat dalam kegiatan baru dan lebih mampu menyesuaikan diri dengan perubahan hidup (Farming et al., 2023).

Maka dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan lanjut usia di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin sangat dipengaruhi oleh perlakuan baik dan penuh kasih sayang dari petugas panti, keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari, serta hubungan yang tetap terjaga dengan keluarga. Kebahagiaan tersebut juga tercermin dalam rasa syukur, kemandirian, dan kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan panti. Semakin tinggi keterlibatan mereka dalam kegiatan, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan,

seperti yang didukung oleh teori integritas ego Erikson dan penelitian yang menunjukkan korelasi positif antara kebahagiaan lanjut usia dan partisipasi dalam aktivitas harian.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian ini ditemukan kebahagiaan lanjut usia dapat dilihat dari aktivitas atau kegiatan yang dilakukan lanjut usia sehari-hari. (1) lanjut usia sulit mengontrol emosinya pada saat bercanda mudah mengeluarkan kata-kata kotor (2) Setiap hari senin-minggu lanjut usia ada kegiatan rutin seperti, bimbingan ketrampilan, bimbingan kesehatan, bimbingan keagamaan, bimbingan kesenian, bimbingan sosial, gotong royong, pemeriksaan kesehatan,senam, sholat penjemputan nasi 3x dalam satu hari (3) lanjut usia mengisi waktu luang dengan hal-hal yang bermanfaat seperti membaca al-qur'an, membersihkan rumah atau perkarangan di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin(PSTW) (4) lanjut usia saling tolong menolong dalam melakukan kegiatan seperti pada saat bimbingan kesenian dan gotong royong (5) Lanjut usia sangat bahagia tinggal di PSTW dikarenakan mereka sudah tidak merasa kesepian lagi, di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin lanjut usia diperlakukan dengan baik, disantuni bahkan sudah dianggap seperti keluarga sendiri, kebanyakan lanjut usia merasa betah tinggal disana bahkan disuruh pulang pun tidak mau, mereka ingin menghabiskan masa tuanya dan jika suatu saat nanti mereka meninggalpun ingin dikuburkan di PSTW. Sejauh ini kebahagiaan lanjut usia di PSTW Sabai Nan Aluih sicincin sudah terpenuhi.

DAFTAR REFERENSI

Eramega, B., & Indriana, Y. (2020). Makna kebahagiaan pada adiyuswa pria yang melajang dan hidup sendiri. Undip.

Farming, F., Sari, R. I., Fajriah, L., Sarita, S., Jingsung, J., Asriati, A., Susanty, S., Yuniarni, D., Nurhayati, R., & Saktiar, S. (2023). Pengantar psikologi kebidanan.

Hakim, L., & Hartati, N. (2017). Sumber-sumber kebahagiaan lansia ditinjau dari dalam dan luar tempat tinggal panti jompo. Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang), 5(1), 32–42.

Herman, D. F., Anggun, C., Fatmawati, H. S. D., Mahardika, I. K., & Wicaksono, I. (2023). Perkembangan psikososial lansia terhadap peningkatan sikap mandiri dan fungsi kognitif. Jurnal Basicedu, 7(6), 3616–3621.

Marsia, R. I., Folandra, D., & Wahyudin, R. (2022). Konstruksi makna ihsan terhadap orang tua perspektif masyarakat Tanjung Gadang, Pesisir Selatan. Comprehensive Journal of Islamic Social Studies, 2(2).

Muri Yusuf, A. (2017). Metode penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan.

Nurhidayah, S., & Agustini, R. (2012). Kebahagiaan lansia ditinjau dari dukungan sosial dan spiritualitas. Soul: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 5(2), 15–32.

Patriana, P., & Muhammad, R. (2019). Konseling logo therapy bagi lansia. Cross-Border, 2(2), 201–214.

Satori, D., & Komariah, A. (2009). Metodologi penelitian kualitatif.

Setiadi, I. (2016). Psikologi positif: Pendekatan saintifik menuju kebahagiaan. Gramedia Pustaka Utama.

Sidiq, U., Choiri, M., & Mujahidin, A. (2019). Metode penelitian kualitatif di bidang pendidikan. Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1–228.

Syahidah, A. N., Nurhayati, I., Suherman, A., & Iqbal, M. (2024). Kebijakan pemerintah dalam pelayanan haji ramah lansia. Mecca: Journal of Hajj and Umrah Studies, 1(1), 40–47.