

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Kondisi lanjut usia adalah suatu tahap perkembangan akhir manusia. Hal ini akan dialami oleh setiap individu dan tidak dapat dihindarkan. Menurut UU RI No. 13 Tahun 1998, tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dikatakan dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Sama seperti yang dipaparkan oleh Papalia, Olds, dan Feldman (2008), bahwa lansia adalah individu memasuki usia 65 tahun, yang dikategorikan kedalam lansia muda. Hal ini terkait dengan data dalam Buletin Jendela Data Informasi Kesehatan (2013) bahwa pada saat ini separuh lanjut usia di dunia berada di kawasan Asia.

Pertumbuhan lansia semakin meningkat di negara berkembang, beberapa diantaranya mengalami penyakit degeneratif. Diperkirakan sekitar 75 % di tahun 2050 lansia akan mengalami penyakit degeneratif yang parah dan menyebabkan tidak dapat berkegiatan. Data yang dipaparkan menjelaskan perkembangan usia produktif pada kelompok umur 0-14 tahun dan 15-19 tahun menurun pada 2010-2035, sementara umur lansia 50-64 dan 65+ mengalami proyeksi yang naik pada 2010-2035.

Badan Pusat Statistik tahun 2010 (dalam Parasari & Made, 2015) menjelaskan, jumlah penduduk di Indonesia telah mencapai angka 237.641.326 jiwa, dimana usia lanjut (60 tahun keatas) telah mencapai 18.043.712 jiwa, sementara usia penduduk usia produktif (15-59 tahun) mencapai angka 156.994.351 jiwa. Maka rasio ketergantungan penduduk usia lanjut berada pada

angka 11,5 dengan arti setiap 100 orang usia produktif terdapat 11 orang lansia. Data ini menunjukkan bahwa terdapat angka beban tanggungan pada usia produktif dalam perekonomian.

Pada kenyataannya penduduk lansia juga masuk dalam angkatan kerja yang merupakan lansia potensial. Dipaparkan data bahwa lansia potensial banyak terdapat di negara-negara berkembang dan yang belum difasilitasi oleh tunjangan sosial hari tua. Berdasarkan hasil Survei Angkatan Kerja Nasional (dalam Buletin Jendela Data Informasi Kesehatan, 2013) hampir sebagian lansia di Indonesia berkegiatan utama yaitu bekerja (28,69%), mengurus rumah tangga (1,67%), dan menganggur (24,24%). Hal ini menjelaskan sesungguhnya lansia masih mampu berkegiatan secara maksimal guna memenuhi kebutuhan rumah tangganya.

Gambaran ideal pada lansia yang berhasil (*successful aging*) lainnya adalah proses menua pada lansia yang semakin menandakan bertambahnya pengalaman akan hidup. Beberapa contoh dari *successful aging* pada dewasa akhir adalah lansia semakin matang dalam emosi dan kaya akan ilmu pengetahuan dan nilai-nilai hidup. Kusumaningsih (2019) mengatakan bahwa lansia akan lebih unggul dalam menjalani sebuah kehidupan dibandingkan dengan kaum muda. Lansia akan mampu menciptakan kestabilan pada tempatnya bekerja. Lansia mampu untuk bertindak lebih bijaksana yang tercermin dari gaya komunikasi yang dilakukan, serta mampu bersabar mendengarkan keluhan, kritik, dan apapun yang dikatakan oleh rekan kerjanya. Sehingga potensi lansia yang berhasil (*successful aging*) dapat muncul untuk berguna bagi sesamanya.

Hasil penelitian oleh Yani (2018) menunjukkan lansia yang sukses dan unggul dalam menjalani kehidupannya ditunjukkan dalam penelitiannya yang melibatkan lansia dalam *setting* bencana Gunung Sinabung menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, bahwa lansia yang sukses dapat memenuhi ke lima aspek *successful aging*. Seperti, subjek masih dapat melakukan aktifitas berladang, masih dapat mengikuti senam sehat lansia pasca gempa Gunung Sinabung, lansia yang dekat dengan keluarga dan cucunya menunjukkan keberfungsian yang tetap unggul dalam aspek kesehatan psikologisnya, subjek penelitian juga mampu melaksanakan kerja sesuai dengan tenaga yang dimiliki. Terakhir lansia yang sukses digambarkan melalui kemampuan diri untuk menjaga kondisi tubuh agar tidak stres pasca gempa, dan senantiasa berdoa.

Lansia bukan hanya memiliki hal ideal yang berhasil selama masa hidupnya, tetapi juga terjadinya kemunduran fisik pada lansia akan semakin jelas. Sejalan dengan yang dijelaskan oleh Parasari dan Made (2015) diusia senjanya kehidupan lansia yang mundur atau tidak sukses (*unsuccessssful aging*) dapat memicu munculnya masalah dalam aspek ekonomi, sosial, kesehatan, dan psikologis. Masalah ekonomi dapat terjadi biasanya setelah individu lansia sudah tidak lagi bekerja. Lansia cenderung mudah tersinggung dan marah, banyak lansia mengharapkan dapat hidup mandiri dan tidak menyusahkan anak-anaknya, namun kenyataannya mereka harus menggantungkan diri kepada anak.

Masalah kesehatan mulai timbul berhubungan dengan penurunan fungsi anggota tubuh dan mulai munculnya berbagai penyakit seperti rambut rontok, osteoporosis dan artritis, hipertensi, alzeimer. Masalah psikologis berupa

keseharian pada lansia, perasaan tidak berguna, menyalahkan diri sendiri atas tugas-tugas yang sudah tidak mampu dikerjakan, dan merasa terkucilkan.

Masalah sosial yakni berhubungan dengan semakin berkurangnya rekan sebaya lansia yang masih bertahan hidup hingga diusianya. Pergaulan antar sesama manusia akan semakin sedikit, dan semakin berubahnya era berkomunikasi yang semakin cepat. Kurangnya kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap segala aspek perubahan di era yang berbeda ini, sering menjadi sebab sumber permasalahan psikososial pada lansia seperti depresi.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 28 Mei 2019, subjek SW yang berusia 73 tahun menjelaskan bahwa lansia yang berhasil adalah mereka yang mampu hidup sehat, bergaul dengan sesamanya dan mampu mengampuni dan lansia akan memiliki hidup yang lebih bahagia.

Wawancara singkat lainnya dilakukan kepada subjek LN berusia 73 tahun. Subjek menceritakan lansia yang tidak sukses dalam masa tuanya adalah lansia yang sakit-sakitan, memiliki masalah finansial dan tidak mampu beraktivitas seperti manusia pada umumnya. Subjek bercerita saat ini ia sendiri adalah salah satu contoh lansia yang kurang berhasil. Hal ini dikarenakan subjek mengalami penyakit yang mengharuskan ia menggunakan bantuan selang sonde untuk aktifitas makan dan minum, untuk melakukan kegiatan berpindah subjek menggunakan kursi roda. Selain itu, ekonomi subjek sangat buruk. Ia mengaku akan menjual tanah yang dimilikinya di Semarang dan pengelolaan tersebut masih dalam sengketa hukum. Hidup subjek saat ini sangat bergantung pada kelima anaknya. Seringkali subjek melihat anaknya merasa lelah dan keberatan dengan kondisi fisik subjek yang tidak lagi bisa mandiri. Beberapa penjelasan ini

menunjukkan dampak ekonomi, psikologis, fisik yang subjek alami tidak dalam kategori sukses. Tentunya semakin berdampak buruk bagi kehidupan subjek dan keluarganya.

Hal diatas sejalan dengan hasil penelitian oleh Umami (2011) menunjukkan kondisi lansia yang tidak mampu hidup sukses. Merupakan penelitian kualitatif deskriptif, di mana subjek yang digunakan adalah subjek yang hidup ditinggal mati oleh pasangannya. Lansia yang mengalami kemunduran akan mengalami masalah kesehatan yang memburuk, kemudian muncul kondisi menarik diri dari lingkungan. Hal ini disebabkan oleh faktor lansia tidak bahagia karena ditinggal oleh suami, tidak memiliki keturunan, hidup terpisah dari sanak saudara, dan merasa dikucilkan.

Tidak dapat dipungkiri menjalani masa tua dengan kondisi sehat, dan perasaan mampu merupakan keinginan semua lansia. Keadaan seperti ini, sekiranya hanya dapat diperoleh apabila lingkungan mereka mendukung. Salah satu hal yang banyak dialami lansia pada umumnya adalah, belum terlaksananya *successful aging*. Konsep *Successful aging* yang dipaparkan oleh Ralampi, Christiana dan David (2018) adalah sebuah multidimensi yang berhubungan antara keadaan fisik, psikologis, dan fungsi sosial. *Successful Aging* berarti mengupayakan panjangnya usia bagi dirinya serta mendekatkan diri pada kondisi lemah dan kematian setua mungkin.

Beberapa upaya yang dapat lansia lakukan untuk memperoleh *successful aging* ini adalah pemeliharaan fungsi tubuh yang baik, seperti mengikuti kegiatan harian dari pola sesederhana mungkin layaknya makan dengan asupan yang baik, berpakaian dengan layak, naik tangga tanpa bantuan alat, menyiram atau merawat tanaman, dan menggunakan alat transportasi. Selanjutnya keadaan

successful aging biologis dapat lansia peroleh melalui tindakan preventif utama seperti berhenti merokok, meminum alkohol, latihan jasmani (tari atau olah raga) dan upaya menurunkan kolesterol melalui asupan.

Sesuai dengan penjelasan *successful aging*, dalam Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan Pasal 1 menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial, dimana memungkinkan setiap manusia hidup produktif, secara sosial dan ekonomis. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2009). Hal ini mengingatkan pada upaya pemerintah yang masih belum berjalan sehubungan dengan pemberlakuan kondisi *successful aging* yang dijelaskan oleh Amaral, Christiana dan David (2018) mengenai kesejahteraan lansia dan PP Nomor 43 Tahun 2004 tentang pelaksanaan upaya peningkatan kesejahteraan lansia.

Di tengah kondisi lansia yang sudah pensiun dan rentan terhadap penyakit, seorang lansia diharapkan juga mampu untuk dapat hidup dan beraktifitas sesuai dengan masanya. Hal ini menjadi perhatian, bahwa kondisi lansia yang siap menjalani hari-hari dalam kondisi zaman yang selau berubah harus dipersiapkan perlahan dan sebaik mungkin. Harapannya lansia dapat mengikuti dengan baik. Berkarya dan menjadi bahagia harus tercipta dalam kehidupan lansia. Apabila hal ini tidak terjadi maka akan mengakibatkan kemunduran yang cepat dan berakhir menjadi beban bagi usia produktif. Tantangan yang kini dihadapi oleh lansia pada tahun 2019 kedepan adalah, kondisi lingkungan dan sistem yang jauh berbeda dengan zamannya. Seperti penggunaan fasilitas umum berbasis digital, pelayanan instansi pemerintah, saran komunikasi seperti *whatsapp*, *line*. Lansia mau tidak mau akan berkenalan dengan fitur-fitur terkini untuk keberlangsungan hidupnya.

Seperti paparan artikel audio oleh Hussin (dalam voaindonesia.com, 2016) yang menjelaskan hasil penelitian Organisasi Kesehatan Sedunia (WHO) mendapati sikap negatif pada lansia yang tertinggal, dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental, serta memperpendek usia mereka. Survey WHO terhadap 83.000 orang, memaparkan masyarakat kurang peduli akan keberlangsungan hidup lansia di era digital, menimbulkan stereotipe dari lansia sendiri bahwa usia memang membatasi keproduktifan mereka untuk hidup di era yang berbeda, membuat lansia menganggap dirinya adalah beban negara. Maka dari itu lansia harus didukung untuk mampu mengimbangi kehidupannya memperoleh *successful aging* di era digital dengan bersinergi pada kaum muda untuk memahami dunia digital. (Priyani, 2017).

Penelitian mengenai gambaran *successful aging* di era digital pada lansia di Indonesia belum ada sebelumnya, tetapi terdapat penelitian yang hampir mirip seputar *successful aging* oleh Chou dan Chi (2002) yang dilakukan kepada 1.370 orang berusia 90 tahun atau lebih dalam studi vitalitas 90+nya, yang menjelaskan panjang umur yang dialami oleh lansia berusia 90 tahun keatas dipengaruhi oleh beberapa faktor kuat. Chou dan Chi (2002) memaparkan terdapat empat model alternatif penuaan yang dapat berhasil dibangun oleh para lansia. Masing-masingnya yaitu dilihat dalam dimensi fisik, psikologis, dan sosial. Apabila subjek memiliki kondisi yang unggul dalam ketiga aspek tersebut, maka memungkinkan lansia untuk memiliki usia hidup yang lebih panjang. Penelitian ini dilakukan tanpa memperhatikan tempat tinggal subjek, nama, dan latar belakang subjek. Penelitian ini menunjukkan bahwa umur panjang dan kehidupan yang berhasil memiliki hubungan. Maka keberhasilan penuaan pada lansia penting untuk dialami oleh lansia.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Nosratty, Enroth, Raitanen, Hervonen, dan Jylha (2014) terhadap 1106 orang berusia 60 tahun atau lebih dengan pendekatan metode *cross sectional*, di mana sampel diambil dari representatif komunitas lansia di negara Hong- Kong. Menggunakan model regresi berganda ditemukan adanya hubungan sederhana antara empat dimensi penuaan yang berhasil. Usia, jenis kelamin, tahun pendidikan, jumlah teman dekat, frekuensi kontak sosial dengan teman, kondisi keuangan, jumlah penyakit yang dimiliki, kondisi fisik, kepuasan hidup berkaitan erat dengan tercapainya *successful aging* pada lansia. Berdasarkan pada hasil penelitian rintisan tersebut, penulis tertarik untuk melihat gambaran *successful aging* di era digital pada lansia.

Selanjutnya adanya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahmawati dan Saidiyah (2016) tentang makna sukses di usia lanjut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-fenomenologis yang bertujuan untuk mengetahui makna sukses di lanjut usia pada pasangan suami istri lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa makna sukses adalah saat mereka dapat berbagi dengan anak dan cucu, ada pula hasil yang mengatakan sukses di usia tua adalah ketika sepasang suami istri dapat hidup rukun. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi kesuksesan dimasa tua adalah faktor sosial, faktor aktivitas, faktor kesehatan, faktor fisik, faktor religiusitas, dan faktor psikologis.

Oleh karena itu, penting untuk melihat bagaimana kondisi terkini lansia yang hidup produktif dan dapat menyesuaikan diri di era digital, yang turut serta membuat lansia semakin dekat dengan *smartphone* dan aplikasi berbasis digital seperti *whatsapp*, *line*, *Gojek*, *GoFood*, *e-banking*, hingga dapat terlihat bagaimana gambaran kesuksesan tersebut dapat di pertahankan, kemudian dikaitkan dengan kecenderungan meningkatnya jumlah lansia di Indonesia.

Gambaran yang dimaksud dalam judul penelitian ini memiliki pemahaman bahwa lansia yang mengalami menuaan yang berhasil (*successful aging*) dapat digambarkan dalam skema yang merangkum bagaimana kehidupan produktif serta sehat jasmani dan rohani mampu dilakukan oleh lansia.

Berdasarkan latar beakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka penulis ingin mengetahui bagaimanakah gambaran *successful aging* di era digital pada lansia?

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah memahami gambaran dan konsep *successful aging* era digital pada lansia.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan pengetahuan bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan masa dewasa akhir dan psikologi positif tentang gambaran *successful aging* di era digital pada lansia

1.3.2. Manfaat Praktis

Memberi referensi bagi lansia, untuk merancang usaha meningkatkan *successful aging* pada era digital serta upaya merawat kesehatan mental lansia.