

**PERMASALAHAN YANG DIALAMI LANSIA DALAM MELAKUKAN  
PENYESUAIAN DIRI DI PANTI SOSIAL DAN IMPLIKASINYA  
TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
(Studi Deskriptif terhadap Lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin )

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*



Oleh:

**FITRI FEBRIANI**  
**17256/2010**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2015**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**PERMASALAHAN YANG DIALAMI LANSIA DALAM MELAKUKAN  
PENYESUAIAN DIRI DI PANTI SOSIAL DAN IMPLIKASINYA  
TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

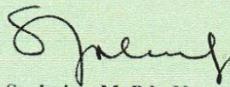
(Studi Deskriptif terhadap Lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin )

**Nama** : Fitri Febriani  
**NIM** : 17256/2010  
**Jurusan** : Bimbingan dan Konseling  
**Fakultas** : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2015

Disetujui Oleh:

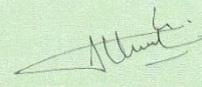
Pembimbing I



Dr. Svahniar, M. Pd., Kons.

NIP. 19601103 198503 2 001

Pembimbing II



Dra. Zikra, M. Pd., Kons.

NIP. 19591130 198503 2 003

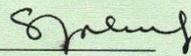
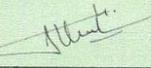
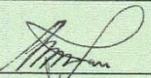
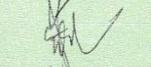
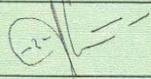
PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang

Judul : Permasalahan yang dialami Lansia dalam Melakukan Penyesuaian Diri di Panti Sosial dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling  
Nama : Fitri Febriani  
NIM : 17256/2010  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2015

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Syahniar, M. Pd., Kons.	1. 
2. Sekretaris: Dra. Zikra, M. Pd., Kons.	2. 
3. Anggota : Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.	3. 
4. Anggota : Dr. Riska Ahmad, M. Pd., Kons.	4. 
5. Anggota : Drs. Azrul Said, M. Pd., Kons.	5. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Januari 2015

Yang menyatakan,



NIP/BP: 17256/2010

## ABSTRAK

Judul : Permasalahan yang dialami Lansia dalam Melakukan Penyesuaian Diri di Panti Sosial dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling  
Penulis : Fitri Febriani  
Pembimbing : 1. Dr. Syahniar, M. Pd., Kons.  
2. Dra. Zikra, M. Pd., Kons.

Perubahan yang terjadi saat memasuki masa tua memerlukan penyesuaian diri yang baru, baik itu penyesuaian terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan. Bagi lansia yang tinggal di panti sosial mereka membutuhkan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan yang ada di panti sosial. Kenyataannya masih ada lansia yang tidak memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri di lingkungan panti sosial seperti lansia yang sulit untuk menyesuaikan diri dengan peraturan panti dan lansia yang sulit untuk menjalin hubungan sosial di lingkungan panti.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui masalah lansia dalam melakukan penyesuaian diri di panti sosial. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah 110 lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluh Sicincin, dengan jumlah sampel 31 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan angket, dan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis persentase.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa 1) sekitar 21,75% lansia mengalami masalah pada penyesuaian pribadi yang meliputi penyesuaian terhadap perubahan fisik, dan penyesuaian terhadap kondisi psikologis., 2) sekitar 22,81% lansia mengalami masalah pada penyesuaian sosial yang meliputi penyesuaian hubungan dengan sesama penghuni panti, penyesuaian hubungan dengan pengurus panti, penyesuaian hubungan dengan keluarga, dan penyesuaian terhadap peraturan panti sosial.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut disarankan kepada 1) keluarga agar tetap memberikan perhatian kepada lansia untuk bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik di panti sosial, 2) pengurus panti agar mengoptimalkan pelayanan dan pendekatan dengan lansia, 3) konselor masyarakat agar mampu mengaplikasikan ilmunya untuk membantu lansia yang mengalami masalah pada penyesuaian diri di panti sosial.

## KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur penulis sampaikan atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmad dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Permasalahan yang dialami Lansia dalam melakukan Penyesuaian Diri di Panti Sosial dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”**. Selanjutnya salawat beriring salam tidak lupa-lupanya penulis kirimkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya ke alam yang berilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Skripsi ini ditulis untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis mendapatkan banyak arahan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik berupa moril maupun materil. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons, selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling dan Bapak Drs. Erlamsyah, M. Pd., Kons, selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling.
2. Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons, sebagai penasehat akademik sekaligus sebagai pembimbing 1, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Zikra, M. Pd., Kons, sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktunya untuk membimbing penulis terutama dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons, Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons, dan Bapak Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons, sebagai penimbang angket dan penguji skripsi yang telah banyak memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Bapak dan Ibu dosen serta staf Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah mendidik dan membantu penulis selama menjalani pendidikan di Jurusan Bimbingan dan Konseling.
6. Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin beserta seluruh staf dan juga penghuni panti, yang telah memberikan kesempatan, meluangkan waktu, dan memberikan keterangan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
7. Teristimewa untuk kedua orangtua saya, Ayahanda Ridwan dan Ibunda Erisna serta seluruh keluarga besar tercinta yang selama ini selalu setia memotivasi dan membantu baik moril maupun materil hingga penyelesaian skripsi ini.
8. Rekan-rekan jurusan bimbingan dan konseling, khususnya angkatan 2010 serta semua pihak yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT selalu memberikan rahmad dan karunia-Nya atas bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Penulis telah berusaha untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik, namun apabila ada kekurangan penulis mengharapkan kritikan dan saran untuk menjadi bahan referensi bagi rekan-rekan di masa yang akan datang. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukannya. Amin...

Padang, Januari 2015

Fitri Febriani

## DAFTAR ISI

	<b>Hal.</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Rumusan dan Batasan Masalah .....	8
D. Pertanyaan Penelitian .....	8
E. Asumsi .....	9
F. Tujuan Penelitian .....	9
G. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II. KAJIAN TEORI</b>	
A. Penyesuaian Diri .....	11
1. Pengertian Penyesuaian Diri .....	11
2. Karakteristik Penyesuaian Diri .....	13
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri .....	16
B. Penyesuaian Diri Lansia di Panti Sosial .....	19
1. ....	Peny
esuaian Pribadi .....	21
2. ....	Peny
esuaian Sosial .....	24
C. Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling .....	29

D. Kerangka Konseptual .....	32
------------------------------	----

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	33
B. Populasi dan Sampel .....	33
C. Jenis Data dan Sumber Data .....	35
D. Defenisi Operasional .....	36
E. Instrumen Penelitian .....	37
F. Pengolahan Data .....	39
G. Teknik Analisa Data .....	40

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN**

A.....	Deskripsi Hasil Penelitian .....	41
B.....	Pembahasan.....	51
C.....	Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling .....	58

### **BAB V. PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	63

<b>KEPUSTAKAAN .....</b>	<b>65</b>
--------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>67</b>
-----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>		<b>Hal.</b>
1.	Populasi Penelitian .....	34
2.	Sampel Penelitian .....	35
3.	Skor Jawaban Penelitian .....	38
4.	Penyesuaian terhadap Perubahan Fisik .....	42
5.	Penyesuaian terhadap Kondisi Psikologis .....	43
6.	Permasalahan Penyesuaian Pribadi .....	44
7.	Penyesuaian Hubungan dengan Sesama Penghuni Panti .....	45
8.	Penyesuaian Hubungan dengan Pengurus Panti .....	47
9.	Penyesuaian Hubungan dengan Keluarga .....	48
10.	Penyesuaian dengan Peraturan Panti .....	49
11.	Permasalahan Penyesuaian Sosial .....	50
12.	Rekapitulasi Permasalahan yang dialami Lansia dalam Melakukan Penyesuaian Diri di Panti Sosial .....	51

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Hal.</b>
Gambar 1: Kerangka Konseptual .....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Hal.</b>
1. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	67
2. Angket Penelitian .....	68
3. Tabulasi Data Umum .....	73
4. Surat Izin Penelitian dari Dekan FIP UNP .....	75
5. Surat Izin Penelitian dari KESBANGPOL Propinsi Sumatera Barat .....	76
6. Surat Izin Penelitian dari Dinas Sosial Propinsi Sumatera Barat .....	77
7. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin .....	78
8. Surat Pernyataan .....	79

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Setiap manusia akan mengalami masa tumbuh dan berkembang dalam rentang kehidupannya. Dalam perkembangan manusia terjadi perubahan-perubahan yang sedikit banyak bersifat dinamis namun tidak dapat diulangi. Perubahan-perubahan tersebut dapat terjadi dari segi fisik maupun psikologisnya, sehingga sebagian besar perkembangan mencakup pertumbuhan dan juga mencakup kemunduran yang disebabkan oleh proses penuaan dan kematian.

Pada rentangan kehidupan terdapat suatu periode akhir dari masa perkembangan manusia yaitu masa tua/usia lanjut. Usia lanjut (lansia) menurut John W. Santrock (2011: 19) adalah periode perkembangan yang dimulai pada usia 60 tahunan atau 70 tahunan hingga saat kematian. Masa ini merupakan masa untuk meninjau kembali hidup yang sudah dijalani, pensiun dan menyesuaikan diri terhadap peran-peran sosial yang baru sesuai dengan menurunnya kekuatan dan kesehatan fisik dan psikis.

Elizabeth B. Hurlock (1980: 380) mengungkapkan usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang yang mana ia telah jauh meninggalkan periode kehidupan sebelumnya yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Kemudian Elida Prayitno (2006: 69) mengartikan usia lanjut,

Sebagai perubahan fisik yang menonjol, perubahan kesehatan secara keseluruhan yaitu kurang sehat; sebagai perubahan tingkahlaku yaitu

menjadi pelupa, reaksi lambat terhadap rangsangan, perubahan pola tidur, gerakan motorik yang lambat, diartikan biasanya ditandai dengan adanya perubahan jasmaniah dan mental; dan sebagai perubahan sosial.

Dari beberapa pendapat sebelumnya dapat disimpulkan bahwa usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang kehidupan manusia yang ditandai dengan perubahan fungsi fisik dan psikis yang menyebabkan keterbatasan dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

Perubahan yang terjadi saat memasuki masa tua memerlukan penyesuaian diri baru, baik itu penyesuaian diri terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai upaya yang terus menerus yang bertujuan untuk merubah tingkahlaku individu agar mendapatkan hubungan yang lebih baik, serasi antara diri individu dengan lingkungannya (Musthafa Fahmi, dalam Alex Sobur, 2003: 526).

Selanjutnya W.A Gerungan (2009: 59-60) mengungkapkan menyesuaikan diri diartikan dalam arti yang luas dan dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri.

Sedangkan M. Ali dan M. Asrori (2012: 175) memaknai penyesuaian diri yaitu:

Sebagai suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara individu dan lingkungan. Lingkungan tersebut dapat mencakup semua pengaruh kemungkinan dan kekuatan yang melindungi individu yang dapat mempengaruhi kegiatannya untuk mencapai ketenangan jiwa dan raga dalam kehidupan.

Seorang lansia yang memiliki penyesuaian diri yang baik maka akan mudah dalam memenuhi tugas perkembangannya. Karena tugas perkembangan pada masa tua ini lebih banyak kepada penyesuaian diri terhadap kondisi diri dan lingkungan yang baru. Lingkungan baru yang dimaksud dapat berupa lingkungan sosial maupun lingkungan fisik seperti mereka yang tinggal di panti sosial.

Merujuk pada hal tersebut, Elida Prayitno (2006) mengungkapkan orang-orang yang memiliki perkembangan yang sukses pada setiap periode perkembangan kehidupan mereka sebelumnya, pada periode dewasa akhir menunjukkan kepribadian yang terintegritas. Artinya mampu menyesuaikan diri dengan segala bentuk perubahan yang terjadi pada dirinya, memiliki keinginan untuk mengisi kehidupannya dengan cara meningkatkan kesempurnaan dan kegembiraan hidup dengan memanfaatkan kemampuan, pengetahuan, harta dan waktunya dengan sebaik-baiknya untuk kepentingan orang lain. Sebaliknya, orang dewasa akhir yang sulit menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut akan merasa putus asa diakibatkan oleh perasaan, pengalaman, dan persepsi mereka yang buruk tentang kehidupan masa

sekarang yang tidak menimbulkan kepuasan dan kebahagiaan dibandingkan dengan masa muda dulu. Mereka merasa tidak diberi kesempatan untuk mengaktualisasikan diri dalam berbagai bidang kehidupan, lebih banyak ditolak dari pada diterima, dan kurang dihargai oleh lingkungan sosialnya.

Berbagai masalah penyesuaian diri di masa lansia ini menimbulkan berbagai konflik dalam diri lansia tersebut, apalagi bagi lansia yang tinggal di panti sosial. Hal ini terlihat dari pengamatan yang peneliti lakukan terhadap lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin pada tanggal 7-8 Oktober 2014. Dari pengamatan tersebut dapat disimpulkan bahwa masih ada lansia yang tidak mau mengikuti kegiatan yang diadakan di panti seperti kegiatan kesenian. Kegiatan kesenian merupakan agenda mingguan yang diadakan pihak panti untuk memberikan hiburan sekaligus mengisi waktu luang bagi lansia. Melalui kegiatan kesenian ini diharapkan lansia mampu mengembangkan kemampuan diri untuk bisa tampil percaya diri, melatih daya ingat dan saling mengenal antara lansia yang satu dengan yang lain sehingga mereka dapat berbagi kebahagiaan bersama. Namun kegiatan tersebut tampaknya kurang menarik bagi beberapa lansia karena masih ada lansia yang hanya duduk-duduk di wismanya masing-masing dan ada juga yang sibuk dengan aktifitas lain di wisma. Padahal pengurus panti telah memberikan informasi bahwa seluruh lansia penghuni panti berkumpul untuk melaksanakan kegiatan kesenian tersebut.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan salah seorang pengurus panti pada tanggal 7 Oktober 2014. Dari wawancara tersebut terungkap

bahwa banyak lansia mengalami masalah dalam melakukan penyesuaian diri, baik itu penghuni baru maupun mereka yang telah lama tinggal di panti sosial. Masalah yang ditemui antara lain mereka yang tidak patuh terhadap peraturan panti. Dalam peraturan tersebut sudah tercantum berbagai hak dan kewajiban yang harus dipenuhi oleh lansia. Salah satu peraturan yang dilanggar oleh lansia yaitu mereka yang tidak meminta izin untuk tidak mengikuti kegiatan yang diadakan panti sosial. Padahal sebelum mereka tinggal di panti terlebih dahulu diberikan arahan mengenai aturan yang berlaku di panti sosial tersebut. Masalah lain yaitu hubungan lansia dengan keluarga mereka yang kurang harmonis. Hubungan yang kurang harmonis tersebut diketahui dari lansia yang menolak untuk bertemu dengan keluarga yang mengunjunginya. Kemudian lansia yang tidak mau mendengarkan arahan pengurus panti dan lansia yang tidak mau menjaga kebersihan wisma tempat tinggal mereka, seperti merapikan tempat tidur dan membersihkan peralatan makan dan minum masing-masing. Padahal semua fasilitas untuk menunjang semua kegiatan yang dilakukan dan kebutuhan lansia telah berusaha dipenuhi oleh pihak panti berupa sandang, papan, dan pangan, serta kegiatan yang dapat membuat lansia menjadi mandiri dan bahagia. Dengan banyaknya lansia yang tidak mau mematuhi aturan ataupun tidak mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan yang ada di panti, maka lansia tersebut harus dikembalikan kepada keluarganya.

Wawancara juga peneliti lakukan dengan 2 orang lansia yang tinggal di panti pada tanggal 7 Oktober 2014. Dari wawancara tersebut terungkap

bahwa hari pertama tinggal di panti mereka mengaku kesulitan untuk beradaptasi dengan aturan yang ada di panti seperti mengikuti semua kegiatan di panti seperti senam di pagi hari, kegiatan kesenian, dan terkadang mereka tidak mengikutinya karena malas. Berbagai tugas untuk merapikan dan membersihkan kamar masing-masing sulit untuk dilakukan sehingga kamar lansia yang tidak rapi tersebut membuat lansia lain merasa tidak nyaman. Ada juga hubungan sesama lansia yang kurang harmonis sehingga mereka harus dipisahkan tempat tinggalnya, dan lansia yang tidak mau membaur dengan sesama lansia yang ada di panti dan hanya berdiam diri di dalam wisma.

Berbagai masalah memang banyak muncul ketika memasuki usia lanjut tersebut. Idealnya juga setiap masalah pasti memiliki penyelesaiannya. Permasalahan tidak mungkin dibiarkan terus-menerus karena akan mengganggu kehidupan efektif sehari-hari. Dalam menghadapi masalah tersebut sebagian individu beranggapan kalau ia bisa mengatasinya sendiri dan sebagian lagi membutuhkan pertolongan dari orang lain. Individu yang membutuhkan bantuan dalam mengatasi masalahnya dapat memanfaatkan tenaga konselor melalui pelayanan konseling.

Berdasarkan teori-teori tentang pelayanan bimbingan dan konseling yang tidak hanya terfokus kepada pelayanan konseling di sekolah saja namun juga pelayanan konseling di luar sekolah. Dari masalah yang dikemukakan sebelumnya, perlu dipelajari lebih lanjut tentang permasalahan yang dialaminya dan kemungkinan layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan. Untuk mengungkap hal tersebut maka peneliti perlu untuk

melakukan penelitian dengan judul “Permasalahan yang dialami Lansia dalam melakukan Penyesuaian Diri di Panti Sosial dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berpedoman pada latar belakang, maka penelitian ini difokuskan pada masalah penyesuaian diri lansia yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin, berdasarkan hal tersebut maka dapat ditentukan identifikasi masalahnya yaitu:

1. Adanya lansia yang tidak mematuhi aturan yang berlaku di panti sosial.
2. Adanya lansia yang tidak ikut dalam kegiatan yang diadakan di panti sosial.
3. Adanya lansia yang tidak mau membaur dengan sesama lansia penghuni panti sosial.
4. Adanya hubungan yang kurang harmonis antar sesama lansia penghuni panti sosial.
5. Adanya lansia yang tidak mau mendengarkan arahan dari pengurus panti sosial.
6. Adanya lansia yang dikembalikan kepada keluarganya karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan di panti sosial.
7. Adanya hubungan lansia dan keluarganya yang kurang harmonis selama tinggal di panti sosial.

### **C. Rumusan dan Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut “Masalah apa yang dialami lansia dalam menyesuaikan diri di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin”.

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut, masalah yang ada dalam penelitian ini dibatasi pada:

1. Masalah lansia dalam melakukan penyesuaian pribadi, yaitu berupa:
  - a. Penyesuaian terhadap perubahan fisik.
  - b. Penyesuaian terhadap kondisi psikologis.
2. Masalah lansia dalam melakukan penyesuaian sosial, yaitu berupa:
  - a. Penyesuaian hubungan dengan sesama penghuni panti
  - b. Penyesuaian hubungan dengan pengurus panti.
  - c. Penyesuaian hubungan dengan keluarga.
  - d. Penyesuaian dengan peraturan yang ada di panti.

### **D. Pertanyaan Penelitian**

Sesuai dengan pembatasan dan perumusan masalah sebelumnya, maka pertanyaan penelitian yang hendak dijawab adalah:

1. Masalah penyesuaian pribadi apa saja yang dialami lansia di panti sosial?
2. Masalah penyesuaian sosial apa saja yang dialami lansia di panti sosial?

### **E. Asumsi**

Asumsi dari penelitian ini adalah:

1. Masa tua dialami oleh semua makhluk ciptaan Tuhan.
2. Individu yang memasuki lingkungan baru perlu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru tersebut.
3. Kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan berbeda satu dengan yang lainnya.

### **F. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Mendeskripsikan masalah lansia dalam melakukan penyesuaian pribadi di panti sosial.
2. Mendeskripsikan masalah lansia dalam melakukan penyesuaian sosial di panti sosial.

### **G. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, yaitu:

1. Sebagai masukan bagi pengurus panti sosial dalam meningkatkan pelayanan agar para lansia mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik.

2. Sebagai bahan masukan bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling dalam mempersiapkan calon konselor yang profesional tidak hanya di sekolah maupun di luar sekolah.
3. Bagi peneliti, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai masalah yang dialami lansia dalam melakukan penyesuaian diri di panti sosial.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Penyesuaian Diri**

#### **1. Pengertian**

Salah satu potensi yang harus dimiliki oleh seorang individu agar dapat diterima di lingkungan dan dapat berkembang sebagaimana mestinya adalah ia harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Dalam kehidupan sehari-hari, individu biasanya terus-menerus menyesuaikan diri dengan cara-cara tertentu, sehingga penyesuaian diri tersebut merupakan suatu pola.

Menurut Musthafa Fahmi (dalam Alex Sobur, 2003: 526) penyesuaian diri diartikan sebagai upaya yang terus menerus yang bertujuan untuk merubah tingkahlaku individu agar mendapatkan hubungan yang lebih baik, serasi antara diri individu dengan lingkungannya.

Selanjutnya, Sunarto dan B. Agung Hartono (2008: 222) juga mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Sementara itu W.A Gerungan (2009: 59-60) mengungkapkan menyesuaikan diri diartikan dalam arti yang luas dan dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri. Lebih lanjut penyesuaian diri dalam artinya yang pertama disebut juga *autoplastis*

(*auto*=sendiri, *plastis*=dibentuk), sedangkan penyesuaian diri yang kedua disebut *aloplastis* (*alo*=yang lain, *plastis*=dibentuk). Jadi, penyesuaian diri ada artinya yang “pasif”, di mana kegiatan yang dilakukan ditentukan oleh lingkungan, dan ada artinya yang “aktif”, di mana individu tersebut yang mempengaruhi lingkungannya. Sedangkan M. Ali dan M. Asrori (2012: 175) memaknai penyesuaian diri yaitu:

Sebagai suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri itu pada pokoknya adalah kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara individu dan lingkungan. Lingkungan tersebut dapat mencakup semua pengaruh kemungkinan dan kekuatan yang melindungi individu, yang dapat mempengaruhi kegiatannya untuk mencapai ketenangan jiwa dan raga dalam kehidupan.

Penyesuaian diri dapat dibagi menjadi dua yaitu penyesuaian diri dengan lingkungan dan penyesuaian diri dengan dirinya sendiri. Seseorang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik maka ia akan bisa diterima oleh lingkungannya dan bisa menempatkan dirinya dengan baik dimanapun ia berada.

## 2. Karakteristik Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang baik dapat terwujud bila individu menyadari siapa dirinya dan bagaimana ia harus bersikap sesuai dengan keadaan lingkungannya. Adapun karakteristik penyesuaian diri menurut Sunarto dan Agung Hartono (2008: 224-229) terbagi kepada dua bagian yaitu penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri yang salah.

### a. Penyesuaian diri yang positif

Individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut:

- 1) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
- 2) Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis.
- 3) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- 4) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri.
- 5) Mampu dalam belajar.
- 6) Menghargai pengalaman.
- 7) Bersikap realistis dan objektif.

Sementara itu, Elizabeth B. Hurlock (1980: 438) mengungkapkan mereka yang melakukan penyesuaian diri yang baik ketika masih muda akan melakukan penyesuaian diri yang baik pula di hari tuanya. Hal ini didorong oleh kemampuan lansia dalam memenuhi segala bentuk kebutuhan diri, mampu menyelesaikan masalah dengan baik ketika muda dulu, dan terpenuhinya berbagai tugas perkembangan sebelumnya. Lebih lanjut Yudrik Jahja (2011:

350-351) tentang beberapa karakteristik penyesuaian diri yang baik pada usia lanjut, yaitu:

- 1) Minat yang kuat dan beragam.
- 2) Kemandirian dalam hal ekonomi, yang memungkinkan untuk hidup mandiri.
- 3) Melakukan banyak hubungan sosial dengan segala umur, tidak terbatas pada orang-orang yang berusia lanjut saja.
- 4) Menikmati kerja yang menyenangkan dan bermanfaat tetapi tidak memerlukan banyak biaya.
- 5) Berpartisipasi dalam organisasi kemasyarakatan.
- 6) Kemampuan untuk memelihara rumah yang menyenangkan tanpa mengarahkan terlalu banyak tenaga fisik.
- 7) Kemampuan untuk menikmati berbagai kegiatan saat ini tanpa menyesali masa lampau.
- 8) Mengurangi kecemasan terhadap diri sendiri maupun orang lain.
- 9) Menikmati kegiatan dari hari ke hari meskipun kegiatan tersebut mungkin sifatnya berulang-ulang.
- 10) Menghindari kritik dari orang-orang lain, terutama dari generasi yang lebih muda.
- 11) Menghindari kesalahan-kesalahan, khususnya tentang kondisi tempat tinggal dan perlakuan dari orang lain.

#### b. Penyesuaian Diri yang Salah

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian yang salah. Penyesuaian diri yang salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif, dan sebagainya. Ada tiga reaksi penyesuaian diri yang salah menurut Sunarto dan B. Agung Hartono (2008: 227-229) yaitu:

##### 1) Reaksi bertahan (*Defense Reaction*)

Penyesuaian diri yang salah terlihat dari individu yang berusaha untuk mempertahankan dirinya, seakan-akan dia tidak menghadapi

kegagalan dalam penyesuaian diri. Sikap bertahan yang ditunjukkan antara lain: berusaha mencari-cari alasan dari kegagalan yang dialami, berusaha melupakan kegagalan yang dialami, melemparkan kesalahan atas kegagalan yang dialami kepada orang lain, memutarbalikkan kenyataan, dan sebagainya.

2) Reaksi menyerang (*Aggressive Reaction*)

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkahlaku yang bersifat menyerang untuk menutupi keagalannya. Tingkahlaku yang menunjukkan reaksi menyerang antara lain: selalu membenarkan pendapat sendiri, menunjukkan sikap bermusuhan dengan orang lain, melakukan pembalasan dendam, dan sebagainya.

3) Reaksi melarikan diri (*Escape Reaction*)

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan keagalannya. tingkahlaku yang ditunjukkan yaitu: melakukan pergaulan bebas seperti mengkonsumsi narkoba, meminum-minuman keras, melakukan bunuh diri, bersikap kekanak-kanakan, dan sebagainya.

Kemudian penyesuaian diri yang buruk pada usia lanjut menurut Yudrik Jahja (2011: 351), yaitu:

- 1) Sedikit berminat pada keadaan lingkungan saat ini, atau peranan pribadinya dalam dunianya kecil.
- 2) Menarik diri ke dalam dunia khayal.
- 3) Selalu mengenang masa lalu.
- 4) Selalu cemas didorong oleh perasaan menganggur.

- 5) Kurang semangat, mengarah pada produktivitas yang rendah dalam segala bidang.
- 6) Bersikap bahwa aktivitas yang tersedia hanyalah “kegiatan melakukan sesuatu” sehingga membuang waktu.
- 7) Merasakan kesepian sebagai akibat dari kekakuan hubungan dalam keluarga dan kurang berminat dalam kehidupan saat ini.
- 8) Secara tidak sengaja tinggal di panti werdha atau dengan anak yang telah dewasa.
- 9) Selalu mengeluh dan mengkritik terhadap segala sesuatu.
- 10) Menolak ikut serta dalam kegiatan orang-orang usia lanjut dengan alasan bahwa mereka membosankan.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri**

Sejauh mana keberhasilan individu dalam menyesuaikan diri dengan masalah-masalah yang timbul akibat adanya perubahan fisik dan psikis yang menyertai penambahan usia, dan akibat dari berbagai perubahan dalam status yang timbul pada saat ini akan dipengaruhi oleh banyak faktor, yang beberapa di antaranya berada di luar batas pengendalian mereka.

Elizabeth B. Hurlock (1980: 439) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada usia lanjut, yaitu:

#### **a. Persiapan untuk hari tua**

Mereka yang tidak mempersiapkan diri secara psikis dan ekonomis untuk menghadapi berbagai perubahan yang akan terjadi di hari tua, seringkali akan mengalami trauma dalam melakukan penyesuaian tersebut.

#### **b. Pengalaman masa lampau**

Berbagai kesulitan yang dialami dalam menyesuaikan diri pada usia lanjut seringkali merupakan akibat dari pelajaran tentang

bentuk-bentuk tertentu dari penyesuaian di masa lalu, yang tidak sesuai dengan periode usia lanjut dalam rentang kehidupannya.

c. Kepuasan dari kebutuhan

Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik di hari tua, baik pria maupun wanita harus mampu memuaskan berbagai kebutuhan pribadi mereka dan berbuat sesuai dengan harapan-harapan orang lain sepanjang rentang kehidupan.

d. Kenangan dengan persahabatan lama

Semakin lama persahabatan antara orang-orang berusia lanjut dapat dipertahankan, semakin baik mereka melakukan penyesuaian dan juga semakin bahagia. Pindah ke wilayah lain atau meninggalkan teman-teman lamanya akan menghambat penyesuaian dengan lingkungan baru.

e. Anak-anak yang telah dewasa

Sikap anak yang telah dewasa terhadap orang tua yang sudah berusia lanjut dan sering berhubungan dengan mereka dapat menciptakan penyesuaian sosial dan personal yang baik bagi orang-orang berusia lanjut.

f. Sikap sosial

Salah satu hambatan terbesar dalam melakukan penyesuaian yang baik di masa usia lanjut adalah sikap sosial yang kurang senang terhadap orang-orang berusia lanjut.

g. Sikap pribadi

Sikap menolak terhadap usia yang semakin bertambah tua, dan terhadap penyesuaian atas perubahan yang terjadi karena bertambahnya usia, merupakan hambatan yang serius bagi terwujudnya penyesuaian diri yang berhasil di hari tua.

h. Metode penyesuaian diri

Metode rasional (*rational methods*) mencakup menerima batas usia, mengembangkan minat-minat baru, belajar melepaskan anak, dan tidak memikirkan masa lalu. Metode irasional (*irational methods*) meliputi menolak berbagai perubahan yang datang bersamaan dengan bertambahnya usia dan mencoba untuk melanjutkan keadaan seperti pada masa-masa sebelumnya, asyik dengan hal-hal yang menyenangkan di masa lampau, dan ingin tergantung pada orang lain untuk merawat dirinya.

i. Kondisi hidup

Apabila orang-orang berusia lanjut dipaksa untuk tinggal di suatu tempat yang membuat mereka merasa rendah diri, tidak sesuai dan membenci tempat itu, dapat mengakibatkan situasi yang tidak menyenangkan dalam penyesuaian diri yang harus mereka lakukan pada usia lanjut.

j. Kondisi ekonomi

Orang-orang yang berusia lanjut akan merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan permasalahan keuangan karena mengetahui

bahwa mereka mempunyai kesempatan yang kecil atau tidak sama sekali dalam memecah masalah tersebut, tidak seperti yang dahulu dapat mereka lakukan ketika masih muda.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang yang telah berusia lanjut yaitu ada yang berasal dari dalam dirinya sendiri dan juga yang berasal dari luar dirinya.

## **B. Penyesuaian Diri Lansia di Panti Sosial**

Setiap individu mengalami masalah, baik itu masalah yang kecil atau ringan maupun masalah yang besar atau berat yang mencakup pada setiap aspek kehidupan. Menurut Depdiknas (2008: 845) masalah adalah hal yang perlu dipecahkan; hal yang dianggap sebagai penghambat. Senada dengan hal itu, Musfiqon (2012: 32-33) mengungkapkan masalah adalah kata yang digunakan untuk menggambarkan suatu keadaan yang bersumber dari hubungan antara dua faktor atau lebih yang menghasilkan situasi yang membingungkan. Lebih lanjut Musfiqon (2012: 33) menjelaskan masalah adalah ketidaksesuaian antara identitas dengan realitas.

Masalah tidak hanya dialami oleh mereka yang berusia muda saja tetapi juga dialami oleh mereka yang sudah tua. Ketika memasuki usia lanjut, banyak masalah baru bermunculan dikarenakan tugas perkembangan yang harus dicapai ditambah lagi terjadinya perubahan-perubahan pada diri lansia yang membutuhkan penyesuaian diri. Sebagaimana Elida Prayitno (2006: 78)

mengungkapkan orang yang sudah tua mengalami proses perkembangan baik mampu menampilkan tugas perkembangan berikut:

1. Menciptakan kepuasan dalam keluarga sebagai tempat tinggal di hari tua.
2. Menyesuaikan hidup dengan penghasilan sebagai pensiunan.
3. Membina kehidupan rutin yang menyenangkan.
4. Saling merawat sebagai suami-istri.
5. Mampu menghadapi kehilangan (kematian) pasangan dengan sikap yang positif (menjadi janda atau duda)
6. Memelihara sanak saudara yang sudah tua.
7. Melakukan hubungan dengan anak-anak dan cucu-cucu.
8. Mengembangkan minat dan perhatian terhadap orang lain di luar keluarga.
9. Menemukan arti hidup dengan nilai moral yang tinggi.

Tugas-tugas perkembangan memiliki tujuan yang sangat penting. Pertama, sebagai petunjuk bagi individu untuk mengetahui apa yang diharapkan masyarakat dari mereka. Kedua, dalam memberikan motivasi kepada setiap individu untuk melakukan apa yang diharapkan masyarakat. Ketiga, menunjukkan kepada setiap individu tentang apa yang akan mereka hadapi dan tindakan apa yang mesti mereka lakukan pada tingkat perkembangan selanjutnya. Sehingga lansia yang mampu memenuhi tugas perkembangan sebelumnya, maka dalam memenuhi tugas perkembangan usia lanjut ini mereka tidak akan mengalami hambatan yang berat.

Selanjutnya, menurut Havigurst (dalam Elizabeth B. Hurlock, 1980:

10) tugas-tugas perkembangan masa tua yaitu:

1. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
2. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga.
3. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan.
4. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
5. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.

## 6. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.

Oleh karena itu, dengan banyaknya perubahan yang terjadi pada usia lanjut ini menyebabkan banyaknya bentuk penyesuaian diri baru yang harus dipenuhi sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya.

Merujuk pada tugas-tugas perkembangan lansia yang banyak membutuhkan penyesuaian diri berbagai masalah muncul pada mereka yang tinggal di panti sosial, yaitu mereka harus mampu menyesuaikan diri dengan pola kehidupan di panti sosial, di antaranya penyesuaian diri dengan aturan yang ada, penyesuaian dengan kondisi psikologis, penyesuaian diri dengan masyarakat di panti, dan sebagainya.

Dalam kaitannya dengan pola kehidupan yang dilakukan lansia selama tinggal di panti sosial, Enung Fatimah (2006: 207) mengungkapkan aspek-aspek penyesuaian diri dari seseorang yang tinggal di panti dapat dibedakan menjadi dua bentuk, yaitu: penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

### **1. Penyesuaian Pribadi**

Penyesuaian pribadi merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungannya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya, serta mampu bertindak objektif sesuai kondisi yang dialaminya.

Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan dan tanggung jawab, dongkol, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi-kondisi yang dialaminya. Sebaliknya,

kegagalan dalam penyesuaian pribadi ditandai dengan guncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib, yang disebabkan adanya kesenjangan antara individu dengan tuntutan lingkungan.

Menurut Elizabeth B. Hurlock (1980: 405) berbagai masalah dalam penyesuaian pribadi pada lansia juga disebabkan oleh menurunnya kemampuan mental dan fisik. Menurunnya kekuatan fisik selama masa tua yang menyebabkan muncul penyakit-penyakit yang dapat menghambat kegiatan dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Masalah yang terjadi pada lansia tersebut nantinya juga akan mempengaruhi kondisi psikologis, seperti kurang motivasi untuk mengerjakan sesuatu, perasaan rendah diri, stres/depresi dengan penyakit yang dialami, perasaan bersalah, berkurangnya pendapatan, dan pelepasan diri dari berbagai kegiatan sosial.

Diane E. Papalia, dkk (2008) mengungkapkan lansia yang tinggal di panti sosial dengan berbagai pelayanan yang diberikan memiliki harga diri yang tinggi dan depresi yang lebih rendah serta perasaan puas yang lebih besar serta kebermaknaan dalam hidup, hal ini dikarenakan penyesuaian psikologis yang memotivasi mereka untuk hidup dan merawat diri secara lebih baik di bandingkan dengan tinggal rumah masing-masing.

Sejalan dengan hal tersebut, kriteria yang dipakai untuk menilai penyesuaian diri lansia terhadap pemenuhan kebutuhan psikologis adalah derajat kepuasan diri atau kebahagiaan yang mereka alami. Erikson

(dalam Elizabeth B. Hurlock, 1980: 442) mengungkapkan bahwa usia lanjut ditandai oleh adanya integritas ego atau kepuasan. Hal ini dapat terlihat dari kepribadian yang terintegrasi yang ditandai oleh penerimaan diri secara dinamis, ego yang kompeten, fleksibel, menunjukkan kematangan sosial, ramah dan hangat. Sebaliknya orang-orang berusia lanjut yang merasa putus asa diakibatkan oleh perasaan, pengalaman, dan persepsi mereka yang buruk tentang kehidupan masa lalu yang tidak menimbulkan kepuasan dan kebahagiaan.

Untuk mengetahui kebahagiaan di masa usia lanjut tergantung pada dipenuhinya tiga A kebahagiaan seperti yang diungkapkan oleh Shaver dan Freedman (dalam Elizabeth B. Hurlock, 1980: 19) yaitu:

- a. *Acceptance* (penerimaan), sikap menerima orang lain dipengaruhi sikap menerima diri yang timbul dari penyesuaian pribadi maupun penyesuaian sosial yang baik.
- b. *Affection* (kasih sayang/cinta), cinta merupakan hasil normal dari sikap diterima oleh orang lain. Semakin diterima baik oleh orang lain, semakin banyak diharapkan cinta dari orang lain.
- c. *Achievement* (prestasi), berhubungan dengan tercapainya tujuan seseorang. Kalau tujuan ini secara tidak realistis tinggi, maka akan timbul kegagalan dan yang bersangkutan akan merasa tidak puas dan bahagia. Namun suatu prestasi yang diraih tanpa cinta akan mengakibatkan ketidakpuasan diri.

Apabila seseorang tidak dapat memenuhi ketiga hal tersebut, maka akan sulit bagi seorang lansia untuk bisa hidup bahagia. Hal ini terjadi apabila mereka merasa diabaikan oleh anggota keluarga, apabila mereka merasa bahwa prestasinya pada masa lampau tidak mampu memenuhi harapan dan keinginannya, dan jika mereka mengembangkan perasaan tidak ada satu orangpun yang mencintainya secara kompleks maka hal ini pasti akan menimbulkan rasa tidak bahagia.

Oleh karena itu, penyesuaian pribadi yang dilakukan oleh lansia di panti sosial yaitu, penyesuaian diri dengan keadaan fisik dan penyesuaian diri dengan kondisi psikologis selama tinggal di panti.

## **2. Penyesuaian Sosial**

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, teman atau masyarakat secara umum. Begitu juga dengan lansia yang hidup di panti sosial, hubungan sosial yang terjalin biasanya adalah dengan teman sesama penghuni panti, dengan pengurus panti. Sedangkan hubungan lansia dengan keluarga akan menjadi terbatas karena keluarga yang sibuk bekerja dan hanya sesekali mengunjungi mereka di panti sosial.

Di masa usia lanjut banyak cara yang bisa dilakukan untuk menyesuaikan diri dengan hubungan sosial. Dengan banyaknya waktu luang yang tersedia lansia bisa lebih berpartisipasi pada kegiatan sosial di

masyarakat. Sedangkan bagi mereka yang tinggal di panti dapat aktif mengikuti kegiatan yang diadakan di panti. Karena dengan mengikuti kegiatan sosial, secara langsung ataupun tidak langsung telah membangun hubungan sosial dengan orang lain.

Dalam proses interaksi yang terjadi dengan masyarakat yang ada di lingkungan panti belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik. Hal yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan.

Elizabeth B. Hurlock (1980: 85) mengungkapkan, peraturan adalah pola yang ditetapkan untuk tingkahlaku yang bertujuan untuk membekali seseorang dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Setiap panti sosial biasanya memiliki aturan yang tersusun dengan sejumlah ketentuan dan norma atau nilai-nilai tertentu yang mengatur tingkahlaku individu dan kelompok. Dalam proses penyesuaian sosial, individu mulai berkenalan dengan kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan tersebut lalu mematuhi sehingga menjadi bagian dari pembentukan jiwa sosial pada dirinya dan menjadi pola tingkah laku kelompok. Hal ini merupakan proses pertumbuhan kemampuan individu dalam rangka penyesuaian sosial untuk bertahan dan mengendalikan diri.

Apabila seorang lansia mampu menyesuaikan diri dengan aturan yang ada di panti, maka ia akan dengan senang hati melaksanakan setiap

peraturan yang ada. Jika tidak mampu menyesuaikan diri, maka akan banyak lansia yang melanggar peraturan dan memberontak, pada akhirnya mereka tidak akan merasa senang dan nyaman untuk tinggal di panti sosial.

Oleh karena itu, penyesuaian diri lansia terhadap peraturan yang ada di panti penting untuk dilakukan. Berikut ini adalah beberapa isi peraturan yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Sicincin:

- a. Semua kelayan (lansia penghuni panti) wajib mengikuti kegiatan di panti setiap harinya kecuali sakit.
- b. Bangun pagi, mandi, berpakaian bersih dan rapi.
- c. Semua kelayan wajib melaksanakan sholat berjamaah lima waktu di mushola kecuali sakit.
- d. Membersihkan tempat tidur dan kamar masing-masing.
- e. Membantu membersihkan kamar mandi, wisma, dan pekarangan wisma masing-masing.
- f. Membersihkan peralatan makan dan minum masing-masing.
- g. Minta izin kepada pengasuh/pegawai PSTW apabila meninggalkan panti dan melapor setelah kembali ke panti.
- h. Meminta izin apabila tidak bisa mengikuti kegiatan/berhalangan kepada pengasuh/penanggung jawab kegiatan.
- i. Wajib menjaga kebersihan panti/wisma serta membuang sampah pada tempatnya.

- j. Menjalinkan hubungan kerjasama yang baik serta tolong menolong sesama kelayan di wisma dan di dalam panti.
- k. Tidak dibenarkan berkelahi, bertengkar/berbuat gaduh sesama kelayan serta berbuat tidak sopan/tercela.
- l. Saling menghargai dan menghormati sesama kelayan.
- m. Dilarang membawa senjata tajam/benda-benda yang membahayakan keselamatan sendiri maupun orang lain ke dalam wisma.
- n. Dilarang keras melakukan aktifitas/kegiatan yang dapat menimbulkan bahaya kebakaran di dalam panti/wisma masing-masing.
- o. Tidak dibenarkan menikah. Bagi yang ingin menikah harus mengundurkan diri sebagai kelayan di panti.

Elida Prayitno (2006: 82) mengungkapkan bahwa tingkahlaku sosial usia lanjut dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu:

a. Pengalaman sosial

Pengalaman hidup sosial seseorang berpengaruh pada tingkahlaku sosialnya setelah ia memasuki usia lanjut, karena tingkahlaku sosial dipelajari melalui proses sosialisasi. Proses sosialisasi seseorang berubah sesuai dengan proses kehidupan yang dilaluinya. Semua pengalaman yang didapat dalam setiap situasi kehidupan akan mempengaruhi tingkahlaku sosialnya sewaktu memasuki usia lanjut.

b. Kepribadian

Kematangan pribadi merupakan faktor penting yang mewarnai tingkahlaku sosial lansia. Lansia yang memiliki kepribadian yang matang dapat dilihat pada tingkahlaku berikut: 1) mencintai orang lain, khususnya yang lebih muda; 2) empati tinggi dalam arti sensitif dan memperhatikan perasaan orang lain; 3) bertanggung jawab dan ingin menjadikan orang lain sejahtera, terutama yang lebih muda seperti remaja termasuk anak cucunya.

c. Harapan kehidupan sosialnya saat dia menjadi lansia

Tingkahlaku sosial lansia juga dipengaruhi oleh harapan mereka tentang kehidupan sosial, ekonomi, dan fisik pada masa tua. Lansia mengharapkan agar anak-anak dan generasi muda menghormatinya.

Dengan demikian, orang lansia yang mengalami dan merasakan kehidupan sosialnya menyenangkan, memuaskan atau membahagiakan sepanjang proses kehidupannya, cenderung menunjukkan tingkahlaku sosial yang positif terhadap orang lain misalnya suka memberi bantuan kepada orang lain, menghargai orang lain, berpandangan positif terhadap orang lain terutama generasi muda. Melalui tingkahlaku positif tersebut lansia mengharapkan anak-anak dan generasi muda menghormatinya begitupun sebaliknya. Dengan menunjukkan tingkahlaku

positif tersebut dapat dikatakan bahwa lansia telah mampu menyesuaikan diri dengan perubahan dalam hubungan sosialnya.

### **C. Implikasi Layanan Bimbingan dan Konseling**

Penanganan masalah pada lansia tersebut sangat penting dilakukan untuk mencegah terjadinya keadaan yang mengganggu kehidupan efektif sehari-hari. Dalam penanganan masalah dapat dilakukan dengan memikirkan sendiri upaya pengentasannya dan ada pula yang memanfaatkan jasa konselor.

Layanan konseling yang diberikan konselor kepada lansia yang mengalami masalah penyesuaian diri terkait dengan fungsi pengentasan. Menurut Prayitno dan Erman Amti (1999: 209), konseling dilakukan untuk membantu klien keluar dari keadaan yang tidak menyenangkan yang mengganggu kehidupan efektif sehari-harinya. Dari enam bidang pengembangan kehidupan yang dikemukakan Prayitno, permasalahan lansia saat ini hanya terkait dengan empat bidang pengembangan yaitu pengembangan pribadi, pengembangan sosial, pengembangan kehidupan keluarga, pengembangan kehidupan beragama. Dari sembilan jenis layanan yang dikemukakan oleh Prayitno (2004) maka kemungkinan layanan yang dapat diberikan kepada lansia adalah sebagai berikut:

#### **1. Layanan Informasi**

Dalam menjalani kehidupan dan juga perkembangan diri, individu memerlukan berbagai informasi baik untuk kebutuhannya saat ini maupun

untuk kehidupan ke depannya. Seseorang yang mengalami masalah karena mereka tidak dapat menguasai informasi yang ada dan keterbatasan dalam upaya untuk memperolehnya.

Oleh karena itu layanan informasi dalam layanan bimbingan dan konseling berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang diperlukan apalagi untuk mereka yang telah berusia lanjut. Dengan dikuasainya informasi yang diberikan oleh konselor diharapkan informasi tersebut digunakan untuk pemecahan masalah, untuk mencegah timbulnya masalah, untuk mengembangkan dan memelihara potensi yang ada, dan untuk memungkinkan penerima informasi membuka diri dalam mengaktualisasikan dirinya. Konselor memberikan berbagai informasi yang berkaitan dengan kondisi lansia sehingga dapat membantu lansia menuju kehidupan efektif sehari-hari, seperti informasi mengenai persiapan diri dalam menjalani kehidupan dihari tua.

## 2. Layanan Konseling Perorangan

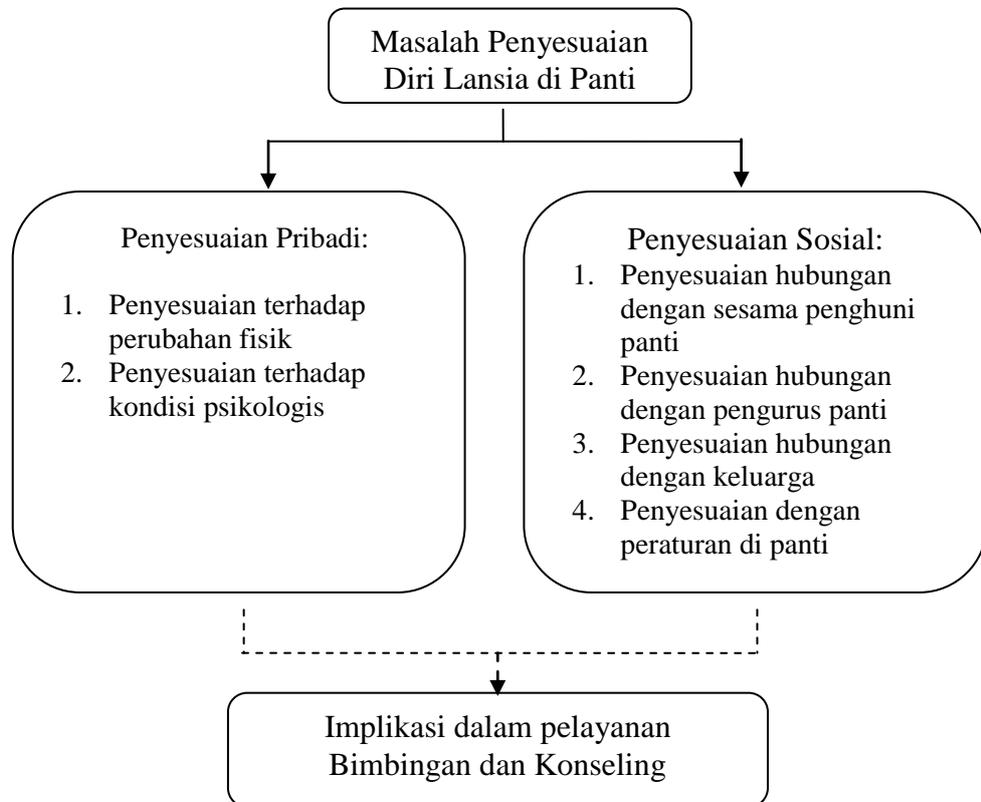
Prayitno (2004: 1) mengungkapkan konseling perorangan adalah layanan yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Layanan konseling perorangan dilakukan secara tatap muka dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah pribadi yang dialami klien agar dapat menjalani kehidupan secara efektif.

### 3. Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan Bimbingan dan Konseling yang ditujukan kepada beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai macam informasi dan pemahaman baru dari topik yang dibahas. Kegiatan bimbingan kelompok juga dapat dijadikan sebagai salah satu wadah penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman pribadi, penyesuaian diri dan masalah hubungan antarpribadi.

Usaha yang dapat dilakukan oleh konselor dalam membantu mengatasi masalah penyesuaian diri pada lansia yang tinggal di panti sosial yaitu dengan menyelenggarakan bimbingan kelompok dengan topik tugas yang membahas tentang masalah penyesuaian diri maupun hal-hal yang berkaitan dengan penyesuaian diri tersebut.

#### D. Kerangka Konseptual



**Gambar 1. Kerangka konseptual Masalah Penyesuaian Diri Lansia dan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling**

Keterangan:

Dari gambaran kerangka konseptual tersebut dapat dijelaskan bahwa masalah yang dialami lansia dalam menyesuaikan diri di panti sosial dapat ditinjau dari aspek penyesuaian diri: 1) penyesuaian pribadi berupa: penyesuaian terhadap perubahan fisik dan penyesuaian terhadap kondisi psikologis, 2) penyesuaian sosial berupa: penyesuaian hubungan dengan sesama penghuni panti, dengan pengurus panti, dengan keluarga, dan dengan peraturan yang ada di panti. Kemudian kemungkinan bantuan yang dapat diberikan kepada lansia terkait dengan masalah tersebut berupa jenis-jenis layanan Bimbingan dan Konseling.

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa permasalahan yang dialami lansia dalam melakukan penyesuaian diri di panti sosial yaitu:

1. Sekitar 21,75% lansia mengalami masalah pada penyesuaian pribadi.

Data tersebut menunjukkan kurang dari seperempat persen lansia mengalami masalah pada penyesuaian pribadi yang meliputi masalah penyesuaian terhadap perubahan fisik dan masalah penyesuaian terhadap kondisi psikologis.

2. Sekitar 22,81% lansia mengalami masalah pada penyesuaian sosial.

Data tersebut menunjukkan kurang dari seperempat persen lansia mengalami masalah pada penyesuaian sosial yang meliputi masalah penyesuaian hubungan dengan sesama penghuni panti, masalah penyesuaian hubungan dengan pengurus panti, masalah penyesuaian hubungan dengan keluarga, dan masalah penyesuaian dengan peraturan panti sosial.

### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada bab IV, maka dapat dikemukakan beberapa saran, yaitu:

1. Diharapkan kepada keluarga lansia agar tetap memberikan perhatian dan motivasi sehingga lansia mampu mengarahkan diri dan

mengembangkan kemampuan menyesuaikan diri dengan baik di panti sosial.

2. Diharapkan kepada pengurus panti sosial agar dapat mengoptimalkan pelayanan dan juga melakukan pendekatan kepada lansia sehingga lansia merasa nyaman dan diperhatikan selama mereka tinggal di panti sosial.
3. Diharapkan kepada konselor agar dapat membantu lansia yang mengalami masalah dalam penyesuaian diri di panti sosial dengan cara memberikan layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kebutuhan lansia.
4. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat memperkuat penelitian ini dan mengungkap serta meneliti variabel lain yang berkontribusi terhadap penyesuaian diri lansia di panti sosial seperti optimalisasi pelayanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penyesuaian diri lansia di panti sosial dan faktor-faktor penyebab timbulnya masalah penyesuaian diri pada lansia di panti sosial.

## KEPUSTAKAAN

- A. Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian I*. Padang: UNP Press.
- \_\_\_\_\_ 1997. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- Abu Ahmadi. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alex Sobur. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Diane E. Papalia, dkk. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Alih Bahasa: A.K. Anwar. Jakarta: Kencana.
- \_\_\_\_\_. 2009. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Alih Bahasa: A.K. Anwar. Jakarta: Salemba Humanika.
- Elida Prayitno. 2006. *Psikologi Dewasa*. Padang: Angkasa Raya.
- Elizabeth B. Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Alih Bahasa: Istiwidayandi & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Enung Fatimah. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Iskandar. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- John W. Santrock. 2012. *Life-Span Development* (Edisi ke-13. Terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- M. Ali dan M. Asrori. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mardalis. 2004. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Musfiqon. 2012. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Prayitno dan Erman Amti. 1999. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: LPTK.

- \_\_\_\_\_ 2004. *Layanan LI-L9*. Padang: BK FIP UNP.
- \_\_\_\_\_ 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riduwan. 2010. *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Samsul Munir Amin. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Sugiyono. 2012. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto dan B. Agung Hartono. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syofian Siregar. 2013. *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- W.A Gerungan. 2009. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Yudrik Jahja. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.