

**PERBEDAAN *SUCCESSFUL AGING* DITINJAU DARI STATUS
PEKERJAAN PADA LANSIA DI MASA PENSIUN**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Program Studi Psikologi
Jurusan Bimbingan dan Konseling sebagai salah satu persyaratan
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*



Oleh

Nabila Noor Ghassani

NIM. 1205040

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

**PERBEDAAN *SUCCESSFUL AGING* DITINJAU DARI STATUS
PEKERJAAN PADA LANSIA DI MASA PENSIUN**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Program Studi Psikologi
Jurusan Bimbingan dan Konseling sebagai salah satu persyaratan
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*



Oleh

Nabila Noor Ghassani

NIM. 1205040

Dosen Pembimbing:

Rinaldi S.Psi., M.Si

Prima Aulia S.Psi, M.Psi., Psikolog

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

PERSETUJUAN SKRIPSI

**PERBEDAAN *SUCCESSFUL AGING* DITINJAU DARI STATUS
PEKERJAAN PADA LANSIA DI MASA PENSIUN**

Nama : Nabila Noor Ghassani
NIM : 1205040
Program Studi : Psikologi
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bukittingi, Februari 2017

Disetujui Oleh :

Pembimbing I,



Rinaldi S. Psi, M. Si
NIP : 19781210 200312 1 001

Pembimbing II,



Prima Aulia S. Psi, M. Psi, Psikolog
NIP : 19861104 2014041 1 001

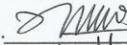
PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Jurusan Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

Judul : Perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari Status Pekerjaan
Pada Lansia di Masa Pensiun
Nama : Nabila Noor Ghassani
NIM : 1205040
Program Studi : Psikologi
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Februari 2017

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Rinaldi, S.Psi., M.Si	1. 
2. Sekretaris	: Prima Aulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog	2. 
3. Anggota	: Yanladila Yeltas Putra, S.Psi., M.A	3. 
4. Anggota	: Yolivia Irna Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog	4. 
5. Anggota	: Yosi Molina, S.Psi., M.Psi., Psikolog	5. 

HALAMAN PERSEMBAHAN TERIMA KASIH

Assalamualaikum Wr.Wb

Alhamdulillah Alhamdulillah Alhamdulillah terimakasih ya Allah akhirnya Skripsi ini terselesaikan

Mungkin tinggal di kota pariwisata bernama Bukittinggi akan menjadi sebuah kenangan yang berjudul Nightmare, kuliah di Bukittinggi adalah satu pilihan terakhir setelah tidak diterima di kampus impian sejak kecil. Bukittinggi adalah kampung halaman seorang Nabila Noor Ghassani. Nightmare adalah satu kata untuk Bukittinggi dari seorang Nabila Noor Ghassani, Terimakasih atas pengalaman yang manis, pahit, asam dan asin sudah memberikan banyak pelajaran berharga. Akhirnya sejak Juli 2012 mengijakkan kaki sampai akhirnya maret 2017 meninggalkan jejak kaki. Datang atas kepolosan tidak tau apa-apa dan pergi dengan sebuah kunci bernama skripsi. Tidak mudah, tidak gampang dan akhirnya skripsi ini terselesaikan.

Mama, malaikat uni paling terindah, yang selalu ada di segala situasi terimakasih atas segala-gala pengorbanan tiada tara dan cinta kasih Mama, skripsi ini Billa persembahkan untuk Mama tercinta, manusia pertama yang paling Billa cinta setelah Allah.

Papa terimakasih atas seluruh keringat dan kasih cinta tiada tara, manusia kedua yang Billa cinta dan pacar pertama di hidup Billa.

Faradiba adik uni satu-satunya kesayangan uni terimakasih, terimakasih yang uni bingung, karna fara bagaikan temen berantem dan temen curhat.

Vira Avina Rahima, manusia keempat yang paling Billa sayang, sahabat sejati yang everytime ngasih semangat, motivasi, yang gak bosan dengerin curhatan Billa, selalu ngasih apa yang udah Billa inginkan hingga uni kompre teteh khawatir berat, selalu marah ketika Billa gamau balik ke Bukittinggi, dan selalu meluk Billa di setiap saat ketemu.

Nenek Ida, nenek yang selalu doain Billa sejak bayi dan selalu sholat tahajjud doain Billa.

Jajaran dosen-dosen ku ☺

Bapak **Rinaldi**, maafkan atas seluruh kecerewetan Billa yang buat Bapak kesel +++, walaupun begitu Bapak masih sabar ngebimbing Billa ngerjain ini, terimakasih yang luar biasa.

Bapak **Prima Aulia** alias pak uul, makasih pak selain jadi dosen pembimbing, udah jadi abang yang baik +++ sabar luar biasa.

Ibu **Tesi Hermaleni**, makasih kak sering buat sebel pake banget paket ples ples ples, semoga kita bisa akur gak ribut-ribut lagi.

Ibu **Ridayanna Primanita**, bundadari tersayang, nasehat mu, rasa kakak mu, yang suka ngeselin, tapi i love you.

Ibu **Yolivia Irna Aviani** alias tek cen, makasih yah udah mau tekor traktir Billa kalau ketemu hihi, maafkan ulah mahasiswa satu ini yah :*

Bapak **Zulmi Yusra**, Bapak yang luar biasa cerdas nya, terimakasih atas ilmunya yang juga luar biasa semoga berkaha dan ada nempel ke Billa walaupun hanya setitik.

Ibu **Yosi Molina**, dosen penguji pertama yang tanda tangan di halaman pengesahan & mentor sewaktu liqo

Ibu **Tuti Rahmi**, Ibu cantik yang Subhanallah terimakasih pokonya suka ngeledekin Billa kalau di kampus

Bapak **Mardianto**, Bapak terkece se psikologi unp, terimakasih sudah menjadi ketua prodi yang kece

Makdang-Pakdang, orangtua tertua Billa di Bukittinggi, maafin Billa yang manja, pulang malem gegayaan sibuk di kampus, sabar banget ngehadapin Billa dan makasih selalu dimasakin makanan enak. Uni kesayangan Billa, **ni lid**, yang udah nungguin Billa sejak lahir sampe sering gak ngerti sama curhatan Billa makasih. Ponakkan kesayangan te'Bill, **Maru - ka Kea - Sacy - Asha - Salma - Odry - Airu - Cia - Rara - Kibi - Eca**, kalian berhasil membuat te'bill terlihat tua dan belajar ngurus anak. Tante **Vira Savira S.Psi, M.Psi Psikolog** yang selalu stand by di whatsapp untuk ditanyain tentang skripsweet.

Teruntuk **Dita Lestari**, seorang Ayuk yang dewasa yang paling mengerti di segala kondisi Billa, selalu marah karna ulah Billa, dan selalu nasehatin Billa, terimakasih Ayuk kesayangan aku. **Nindy Narazkhi Armenia**, senior Billa dan sahabat Billa dari tentang cinta, tentang tigkah aneh, tentang gulali sampe tentang skripsi tetap setia. **Febryanti Bayni** adik yang paling pengalah, selalu jadi adik aku yang sabar, dan **Abang Hakim** yang selalu bantuin Billa mikir tentang tugas dan tentang nilai psikologi umum pertama c Billa selalu di hina. Semoga pangsit bukit apit bakalan jadi tempat reuni antara Billa, ria dan bang hakim.

Tinggal di Bukittinggi itu dengan air mata, terimakasih untuk **Bang Pram** temen jogging Billa sewaktu maba, terimakasih **Ka Dara** selaku kakak testee pertama Billa, yang sabar dan ngasih pengertian akan Bukittinggi buat Billa. **Bang Alhamda Yussaly** als emo makasih atas nasehatnya, berkat abang Billa gak jadi pindah, walaupun kita bertiga (Billa, kak

dara, dan bang emo) gak selalu bareng tapi Billa masih inget saat-saat kita jalan bareng dan tukar pikiran bareng. **Runa** yang freak makasih udah jadi wanita penghibur pas aku galau. **Ka Oktari** senior tapi temen main, makasih loh atas waktu bersamanya.

Tinggal di Bukittinggi itu membuat rindu jakarta, sehingga setiap semester ada obat dari dua pria rese si bagong dan si blek, terima kasih sudah menjadi sahabat setia **Randy Dwicaksana** dan **Naufal Rizky**, i love you (Billa selalu line gitu ya pas galau). **Junio Valde Rama** anak temen papa yang jadi sahabat & lawan silat, makasih selalu nyemangatin Billa & jalan berasa pacar tiap liburan dan **Avila Rara** yang selalu ada di saat Billa patah hati. Temen-temen dunia maya yang baik hati, walaupun kita seberang pulau makasih semangatnya **Rofiq Muqqadam Ali, Nur Fatah Shidiq, dan Rama Rachmat Wicaksana**.

Kelas psikologi umum, pagi itu rasanya ngeselin banget di karenakan tiga orang bernamakan **Rahmaniyah Madwa Ista, Hanif Hamzah, dan Rizky Azima**, makasih makasih makasih, karna kejadian 'ambekkan' itu kita jadi bersatu, kita jadi....., jadi apayaa..... Pokonya kalian spesial, temen terspesial (lebaaaaaaaaaay ><). Temen kelas yang punya warna kesukaan sama, cita-cita pupus yang sama (dokter), dan jadi siswa bimbingan dari dosen yang sama, **Habibi Siregar**, makasih loh udah jadi penasehat di saat Billa butuh nasehat. **Sila kurniawan**, makasih udah mau nganterin ngeprint skripsi pas hujan. **Fadzil** yang kadang di repotin.

Nabila Noor Ghassani selama di Bukittinggi no maden jadi suka main ke berbagai kostan, makasih buat kostan **Opin-Dudut-Tari-Egi** yang suka bilang "billl ngineplah disini, kita mau dengerin cerita Billa", makasih buat kostan anak kontrakkan **Cici-Ami-Ayu-Tifa-Thaibah-Ina** sering jadi tempat tidur siang aku, makasih buat kostan **Athifah-Dita-Cece** waktu maba aku suka main kesana, kostan **Ojik-Dinda-Riri-Emis-Dilla** aku suka minta wifi nya kalo lagi download aplikasi setelah update ios & android, dan kostan **Eni-Ila-Nurul-Tata-Rahma-Cia-Ucay**, Billa pernah numpang ngeprint dan nginep disana. Kostan yang belum ke ketik, isi sendiri yaa.....

Temen-temen kelas '**bee**' terimakasih atas ke khilafan kalian memilih Billa sebagai bendahara, maafkeun Billa udah selalu nagih uang kas dengan nyebelin setiap bulan selama tujuh semester kita belajar bareng. Temen-temen angkatan terimakasih atas semua jasanya.

Kepengurusan himpunan masiswa makasih loh udah pernah mau kerjasama, terutama buat pengurus kaderisasi yang pernah bekerjasama **Nayla & Azima** dan anggota kaderisasi yang maaf banget selama Billa mimpin mungkin galak (**Isty, Zizi, Imron, Fanny**) inget ya aturan buat di patuhi bukan di langgar. Ter-istimewa **kaderisasi in situai**, abang kakak kaderisasi yang terdiri dari **Meivi Bahar, Rifaldo Agusta, Haris Fadhli Sabandi, Ihsanul Hakiki, Fadhilla Widia, dkk** terimakasih tentang sharingnya dan ilmu yang diturunkan.

Kepada seluruh senior, junior, dan temen-temen maaf kalau misalnya selama Billa ngejabat nyebelin banget, terutama junior angkatan 2013-2015 mungkin ngerasa kesel, sebel, bete sama kak Billa, karna kak Billa galak, jutek (isi sendiri), abisan kalian suka gitu sih.

Gilsssss banyak banget ini yak, siapalagi???

Selama skripsi ini terbentuk, banyak banget yang dilibatin direpotin dan di di di di

Dilaaaaaa, senior yang di panggil tikus, makasih loh udah jadi temen seperjuangan ngerjain skripsi

Seno, Rio, Ami, Hanif, Athifah, Tari, Iva, Dinda makasih udah bantu sebar angket try out selama di padang (sumpah Billa lelah)

Anna, Irenti, Ayu Alias Bs, Dani, Cia, Mak Neng makasih udah bantu door to door ke rumah lansia

Febby makasih udah jadi notulen pas seminar.

Buat benda mati yang selalu setia **Beaty** (beat biru putih) B 4303 tcs, thanks berat nemenin kemana-mana. **Headset** makasih kamu menemaniku disetiap saat, kahitna jadi berasa dekat. **Tupperware kuning** selalu setia nemenin dari tidur bangun tidur lagi, **mukena, sajadah cokelat** dan **Alquran hitam** yang buat Billa tenang. **Notebook** yang setia di ketik-ketik dan **televisi** kamar yang nemenin Billa di kamar sampe kadang jadi nontonin Billa tidur.

Amazing banyak banget ini

Temen smp Billa yang selalu ngumpul pas Billa pulang, kalo gak Billa sakit ya ulangtahun **Ayu, Rina** dan **Teguh**, thanks berat silahturahmi kita sejak di Sahid Islamic International Boarding School, gunung menyang

Keluarga kecil dari Pondok Pesantren Sahid Gunung Menyan sampe sekarang **Ka Ica (Khairunnisa) & De Aye**, makasih loh, kita bener-bener kayak kakak beradik

Sahabat sma Billa **Vira, Lydia, Nandit, Melani, Dayu** Billa bangga punya kalian, yang udah ngewarnain hari-hari Billa di sma sampe akhirnya nyemangatin Billa kuliah di Bukittinggi

Sahabat Nuruf Fikri tempat menimbah ilmu menuju PTN **Lubna Ajeng Ayuningkra & Qurrota A'yun** als **Ratu**, akhirnya kita lulus dari PTN, yang les pagi siang sore buat kita ngantuk dan genit ama ka saipul jamil sampe berasa NF Ciledug milik sendiri.

Ini buat orang yang selalu nemenin Billa sejak sma sampe kuliah, ternyata kamu senior Billa waktu di sahid, 6 tahun kita cuma komunikasi via dunia maya 'aku disini kau disana' **Yudha Prawira**, cepet lulus dari universitas al-azhar cairo ya, walaupun kamu ngeselin Nauduzubillahimindzalik tp kalo Billa butuh moodboster kita langsung videocall-an, dan selalu setia nemenin Billa bergadang buat tugas (dulu). Please Billa bosen kita berantem selisih pendapat mulu, Billa cape.

Oh ya keluarga besar makasih udah nyemangatin untuk wisuda, terutama sepupu Billa **Auditya Angguni** dan pasangan semoga langgeng. Makasih jejeran sepupu yang mendoakan Billa untuk cepet wisuda, makasih **kaka vera, Kaka Wid, Ni Leni, Ni Juli, Ni Tis, Ni Putty, Ni Reni, Da Ibob, Da Epan, Da Iman, Da Haqi, Intan, Shelly, Shinta, Ka Dina, Da Wawan** dan jajaran sepupu lainnya. Kemudian buat jejeran om tante yang selalu memberi semangat, nasehat, dan ilmu **Om Edinas, Om Eri, Tante Yanti, Om Ujang, Tante Ita, Bulek Tanti, Makdang Evi**, dan keluarga besar yang besar banget.

Bude, yang udah ngurus Billa sejak usia 2 tahun, makasih bude, akhirnya Billa bisa nyelesain skripsi, makasih atas kasih sayang bude ke Billa, yang katanya **Mba Tita** dan **Mba Dian**, aku anak pungut bude. Makasih loh udah seperti 'mba kandung ku'

Rekan-rekan wisuda 108, akhirnya kita berjuang bersama hingga diberikan gelar bersama, sukses ya **Febby, Cece, Dea, Anna, Isty, Cia, Ryan, Dilla, Dan Lain-Lain**

Adik-adik junior yang agak-agak error **Cireng (Ana), Dewi, Upah, Siri, Ulan, Ami**, jan mang 'hoax' se kok bajanji, **Dimas** makasih terkadang di repotin, **Diah** yang baik hati, **Egi** yang suka gaje, adik adik geng-an **Dessi, Nissa, Mala, Iwik Yang Kena Kutuk, Dan Suci**, baik-baik ya di kampus, tolong jagain kampus jangan sampe kabur-----semoga disaat mengurus skripsi lancar ya ☺

Abang kakak senior, **Ka Vebby, Ka Uci, Bang Peri, Ka Tata, Ka Pempem, Ka Eca Nuna, Ka Michi, Ka Metri, Ka Wulan, Ka Zamhariri, Bang Sandhy** dan abang-kakak semuanya yang gak disebut terimakasih sudah membimbing dengan baik sebagai senior. Kemudian temen yang deket ketemu di Fakultas **Nimo, Qae, dan Tari** semoga kita bisa kumpul lagi, di waktu yang tepat.

Terimakasih keluarga besar **Silek Harimau Minangkabau**, yang tidak dapat disebutkan satu persatu, doa yang telah diberikan sungguh berarti—**ka Tomi** sekeluarga makasih ya sudah seperti keluarga Billa sendiri selama di Bukittinggi, **Ka Ance, Ka Ica, Ka Uci, Bella** yang sudah baik hati.

Hoooooh yang pernah di hati ataupun yang pernah deket doang, dari yang dulu pernah nyemangatin smptn, daftar unp, selama kuliah, sampe magang, ada juga yang nemenin skripsi
Thanksssss berat gaess
(inisial ada si a b c d h i j k l m n o p q r s t u v w x y z)

Dan mungkin diakhir skripsi ini Billa 'singel', inget singel – inget persatuan **Silumut**. **Silumut (singel lucu imut)**, mut (**Ayu, Opin, Ina, Cici, Dita, Tari**) mut maapin akeh ya sebagai dph silumut gagal mulu rencana mau buat baju sampe selempangan silumut yang cuma wacana. Katanya jodoh tak kemana, ikhtiar aja biar dapet yang kayak harvey moeis.

Dan terimakasih buat yang mau baca lembaran penuh membosankan ini, yang gak disebut tapi merasa bantu Billa berjuang silahkan hubungi secara personal.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Bukittinggi, Februari 2017

Nabila Noor Ghassani

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar merupakan 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.

Bukittinggi, Februari 2017

Yang menyatakan,

Nabila Noor Ghassani

ABSTRAK

Judul : Perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari Status Pekerjaan pada Lansia di Masa Pensiun
Nama : Nabila Noor Ghassani
Pembimbing : 1. Rinaldi S.Psi, M.Si
2. Prima Aulia S.Psi, M.Psi, Psikolog

Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya lansia yang masih bekerja dimasa pensiun, yang mana di usia 60 tahun merupakan masa istirahat bagi para lansia. Lansia yang tidak bekerja cenderung lebih merasa kesepian dibandingkan para lansia bekerja yang masih lebih aktif dalam mengisi waktu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan *successful aging* ditinjau dari status pekerjaan (bekerja atau tidak bekerja) di masa pensiun.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif komparatif, populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang berada di Kota Bukittinggi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *cluster random sampling*. Sampel dalam penelitian ini terdiri atas 24 lansia masih bekerja dan 27 lansia yang tidak lagi bekerja. Adapun pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan 29 macam aitem yang dirancang berdasarkan pendekatan Skala Likert atau skala sikap.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa mean *successful aging* lansia yang bekerja adalah sebesar 117,12 dan lansia yang tidak bekerja sebesar 100,37. Hasil Analisis uji beda didapat nilai t yaitu sebesar 3,576 dengan signifikansi dua sisi 0,001 yang signifikan pada taraf $<0,01$. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan *successful aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia di masa pensiun.

Kata kunci : *Successful Aging*, Pensiun, Bekerja, Tidak Bekerja.

ABSTRACT

Title : Successful Aging differences in terms of the Employment Status in the Elderly in Retirement
Name : Nabila Noor Ghassani
Advisors : 1. Rinaldi S.Psi, M.Si
2. Prima Aulia S.Psi,M.Psi, Psikolog

The background of this reasearch is the situation which some of the elderly up in their 60's are stil actively working while others choose to totally retired and enjoy their relax time. It turns out that elderly who are no longer working are likely to feel the loneliness compares to the elderly who are still occupied with their daily work. The main purpose of this study is to see the difference in successful aging in terms of employment status (working or non-working) days of retirement.

The population in the researh are the elderly live in Kota Bukittinggi, West Sumatera, while the sampling which use cluster random sampling method was commissioned by 24 elderly active workers and 27 elderly totally retired (no longer working). The data was collected using contains 29 items designed based on the Likert Scale approach or the attitude scale.

The results sets out the mean number of Successful Aging of the elderly who are still working in the amount of 117.12 and 100.37 for the elderly who are no longer working. The number of the different test analysis acquired the 't' point values 3.576 with a two-sided significance 0.001 which is significant at the level <0.01. It denodes the differences of Successful Aging in terms of work status of the elderly in the retirement time.

Keywords: Successful Aging, Workers, Retired, Retirement

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT atas izin dan ridha-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari Status Pekerjaan pada Lansia di Masa Pensiun”. Skripsi ini menjadi salah satu syarat untuk menyelesaikan perkuliahan dan memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang. Selama penyusunan skripsi ini peneliti telah banyak diberikan bimbingan, nasehat, motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Alwen Bentri., M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Mardjohan, M.Pd., Kons selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Mardianto, S.Ag., M.Si., selaku ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Yanladila Yeltas Putra, S.Psi, M.A selaku sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang dan dosen pembimbing akademik yang telah bersedia meluangkan waktu serta memberikan bimbingan, arahan serta motivasi selama mengikuti pendidikan akademik dan masukan serta saran selama proses penulisan skripsi.
5. Bapak Rinaldi, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu serta memberikan bimbingan, arahan serta motivasi, masukan serta saran selama proses penulisan skripsi.

6. Prima Aulia S.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan bimbingan, arahan, kritik, saran dan motivasi selama proses penulisan skripsi.
7. Ibu Yolivia Irna Aviani S.Psi., M.Psi., Bapak Yanladila Yeltas Putra, S.Psi., M.A dan Psikolog, Ibu Yosi Molina S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji, terima kasih atas masukan, saran serta nasehat selama proses penulisan skripsi.
8. Kepada Ayahanda serta Ibunda terima kasih atas doa yang tiada henti-hentinya, pengorbanan, motivasinya, perhatian yang selama ini telah diberikan sehingga penyusunan skripsi ini bisa diselesaikan.
9. Bapak/Ibu Dosen serta seluruh staf pengajar dan Tata Usaha Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang.
10. Saudara-saudari peneliti yang telah memberikan motivasi, meluangkan waktunya guna membantu peneliti di lapangan, serta ucapan terimakasih kepada seluruh rekan-rekan mahasiswa Program Studi Psikologi atas motivasi, diskusi, bantuan, dan kebersamaan selama ini.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Bukittinggi, Februari 2017

Nabila Noor Ghassani

DAFTAR ISI

ABSTRAK...	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	12
C. Batasan Masalah.....	13
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian	13
F. Manfaat Penelitian	14
BAB II KAJIAN TEORI	
A. <i>Successful Aging</i>	15
1. Pengertian <i>Successful Aging</i>	15
2. Aspek-aspek <i>Successful Aging</i>	17
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Successful Aging</i>	21
B. Status Pekerjaan.....	23

C. Usia Lanjut (Lansia)	26
1. Pengertian Usia Lanjut (Lansia).....	26
2. Karakteristik Usia Lanjut (Lansia).....	27
3. Tugas Perkebangn Usia Lanjut (Lansia)	38
D. Dinamika Perbedaan <i>Successful Aging</i> Ditinjau Dari Status Pekerjaan Pada Lansia Di Masa Pensiun.....	39
E. Kerangka Konseptual.....	45
F. Hipotesis	45

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	46
B. Desain Penelitian.....	46
C. Definisi Operasional.....	47
D. Populasi dan Sampel	48
E. Alat Ukur dan Teknik Pengumpulan Data	50
F. Validitas dan Reliabilitas	52
G. Pelaksanaan Penelitian.....	55
H. Teknik Analisis Data.....	56

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	58
1. Deskripsi data <i>Successful Aging</i>	58
2. Deskripsi data <i>Successful Aging</i>	63

B. Analisis Data	67
1. Uji Normalitas... ..	68
2. Uji Homogenitas	68
3. Uji Hipotesis.....	68
C. Pembahasan.....	70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	76
B. Saran	76

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

No.	Tabel	Halaman
1.	Tabel Daftar Skor Jawaban Aitem Skala.....	50
2.	<i>Blue Print</i> Skala <i>Successful Aging</i>	51
3.	Data Aitem Hasil Uji Validitas	54
4.	Deskripsi skor <i>Successful Aging</i>	58
5.	Kategori <i>Successful Aging</i> peraspek.....	60
6.	Kategorisasi Jenjang <i>Successful Aging</i>	62
7.	Deskripsi data aspek <i>Avoidance of deasease and disability</i>	63
8.	Deskripsi data aspek <i>High cognitvie and physical</i>	65
9.	Deskripsi data aspek <i>Involmment in society</i>	66
10.	Hasil Uji Hipotesis	70

DAFTAR GAMBAR

No.	Gambar	Halaman
1.	Gambar Aspek <i>Successful Aging</i>	20
2.	Skema Perbedaan <i>Successful Aging</i> ditinjau dari status pekerjaan pada lansia di masa pensiun.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Lampiran	Halaman
1.	Skala <i>Successful Aging</i> Try Out	79
2.	Data Try Out <i>Successful Aging</i>	84
3.	Skala Penelitian <i>Successful Aging</i>	86
4.	Data Penelitian <i>Successful Aging</i>	91
5.	Hasil Try Out (Validitas dan Reliabilitas).....	93
6.	Hasil Penelitian (Deskriptif Statistik)	98
7.	Hasil Penelitian (Deskriptif Statistik Per Aspek)	99
8.	Hasil Penelitian (Uji Normalitas).....	100
9.	Hasil Penelitian (Uji Homogenitas)	101
10.	Hasil Penelitian (Uji Hipotesis)	102
11.	Surat Izin Penelitian dari Kampus.....	103
12.	Surat Izin Penelitian dari Kesatuan Bangsa dan Politik.....	104

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia menurut Undang-undang Republik Indonesia no 13 tahun 1998 adalah mereka yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas (UUD, 1998). Banyak istilah yang dikenal masyarakat untuk menyebut orang lanjut usia, antara lain lansia yang merupakan singkatan dari lanjut usia. Istilah lain adalah manula yang merupakan singkatan dari manusia lanjut usia. Berbagai macam istilah yang digunakan untuk mengacu kepada individu yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas tersebut tidak lebih penting dari realitas yang dihadapi oleh kebanyakan individu usia ini. Mereka harus menyesuaikan dengan berbagai perubahan baik yang bersifat fisik, mental, maupun sosial.

Pada tahap perkembangan Erikson (Santrock, 2012), masa lanjut usia ini berada pada fase integritas versus keputusasaan. Pada fase ini, merupakan fase dimana individu melihat kembali apa yang telah dilakukan dalam kehidupannya. Selanjutnya tugas dari perkembangan lansia menurut Havirgust (Hurlock, 2002) adalah menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan dengan masa pensiun dan berkurangnya penghasilan keluarga, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup, membentuk hubungan dengan orang-orang seusiannya, membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan, dan menyesuaikan peran sosial yang luwes.

Undang-undang nomor 11 pasal 1 Tahun 1969 menjelaskan mengenai program pensiun, yang merupakan suatu program yang dibentuk dalam rangka memberikan jaminan kesejahteraan bagi usia lanjut. Diharap dapat menjalankan masa tua dengan tenang, sejahtera tanpa mengalami gejala psikososial dalam masyarakat serta tetap dapat melakukan kegiatan sehari-hari (Suardiman, 2011). Hal tersebut sesuai dengan adanya tugas perkembangan menurut Havigurst dan tujuan diadakannya program pensiun pada lansia.

Pensiun adalah sebuah konsep sosial yang memiliki beragam pengertian. Pensiun tidak hanya sekedar berhenti bekerja karena usia. Sebagai sebuah istilah, pensiun kurang lebih bermakna purnabakti, tugas selesai, atau berhenti (Sutarto, 2013). Pensiunan adalah karyawan yang sudah pensiun atau orang yang menerima pensiun/tidak bekerja lagi karena masa tugasnya sudah selesai (Pusat Bahasa, 2007). Berdasarkan pandangan psikologi perkembangan, pensiun dapat dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup baru, ataupun merupakan akhir pola hidup (Schawrz dalam Hurlock, 2002).

Pensiun dapat dipandang sebagai “tahun emas” karena seseorang pensiun dapat melakukan perjalanan, rekreasi, dan kebebasan (Indriana, 2012). Masa istirahat dari pekerjaan di usia lanjut diharapkan dapat memanfaatkan waktu istirahat setelah lama bekerja, dapat bersosialisasi dengan keluarga dan sosial lebih meningkat, melakukan kegiatan fisik dan nonfisik, dan dapat melakukan kegiatan agama secara lebih (Suardiman, 2011), namun dalam menjalankan masa pensiun lansia memiliki tujuan yaitu mencapai *successful aging*.

Successful aging merupakan sukses dengan kesehatan yang baik terlihat dari ada atau tidaknya penyakit kronis, kebugaran dan kemampuan untuk melakukan fungsi kognitif dan fisik, dengan tujuan mengalami umur panjang yang berprestasi menurut Rowe dan Khan (Tak Cheng, Chi, Fung, & Li, 2015). Dorris (Hamidah & Wrastari, 2012) mengatakan bahwa *successful aging* adalah kondisi yang tidak ada penyakit, artinya sehat secara fisik, aman secara *financial*, hidupnya masih produktif dan mempunyai pekerjaan, mandiri dalam hidupnya, mampu berfikir optimis dan positif, dan masih mampu terlibat aktif dengan orang lain yang dapat memberikan makna dan dukungan secara sosial dan psikologis dalam hidupnya. WHO (Tak Cheng, Chi, Fung, & Li, 2015) mendefinisikan bahwa *successful aging* sehat secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial dan pemeliharaan otonomi dan kemandirian, dan aktif yang dapat dikatakan dengan terus berpartisipasi pada upaya sosial, ekonomi, budaya, spritual, dan sipil.

Pencapaian *successful aging* sangat penting bagi lansia, karena bagi lansia, yang diperlukan tidak hanya sekedar umur panjang. Namun, umur panjang dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial. Berdasarkan teori yang telah diungkapkan mengenai pencapaian *successful aging*, dapat dikaitkan dengan wawancara awal pada tanggal 23 Agustus 2015. Nenek berinisial W berusia 83 tahun berdomisili di daerah Bukittinggi, Sumatera Barat. Profesi nenek W adalah seorang perias dan

haircutting di salon milik usaha pribadinya semenjak 53 tahun silam. Pada saat ini salon tersebut dibuka sejak pagi hingga sore hari. Nenek W menyatakan bahwa dalam sehari, kemungkinan yang memotong rambut adalah satu orang dan tidak rutin setiap harinya, tetapi nenek W tetap membuka salonnya. Ketika melakukan wawancara dengan Nenek W, Nenek W mengatakan bahwa membuka salon yang ia miliki walaupun tidak ada pengunjungnya adalah salah satu kegiatan untuk mengisi waktunya. Dilihat dari segi ekonomi, Nenek W sepertinya tidak terlalu kesulitan, dikarenakan Nenek W setiap bulannya mendapatkan kiriman uang dari kedelapan anaknya.

Troutman, Nies, & Mavellia (2011) mengemukakan enam kategori besar yang muncul dalam persepsi *successful aging* yaitu *independence*/kemampuan, kesehatan, *mindset*, *activity*/layanan, keluarga, dan spiritualitas. Garcia, et al. (2011), menemukan bahwa kriteria dan prediktor dari *successful aging* terkait dengan kepuasan hidup, kesehatan, tidak memiliki penyakit, kesehatan mental yang tepat, dan karakteristik psikologis yang berkaitan dengan kecerdasan, kepribadian dan motivasi. Selain dari perihal yang telah dikemukakan terdapat pula karakteristik yang mendukung yaitu karakteristik psikososial dengan kegiatan produktif.

Hasil penelitian Lee (2011) menemukan bahwa pencapaian *successful aging* dipengaruhi oleh kesehatan, identitas usia dan aktualisasi diri bukan berdasarkan oleh pakaian yang dipakai. Berdasarkan teori tersebut, sesuai dengan wawancara awal yang dilakukan dengan Bapak C pada tanggal 9 Juli

2015. Bapak C adalah seorang psikolog berusia 70 tahun, sebelumnya Bapak C adalah seorang pegawai negeri sipil di Departemen Ketenaga Kerjaan (DEPNAKER) sebagai psikolog tenaga kerja. Ditilik dari segi ekonomi, Bapak C sepertinya dapat tercukupi dikarenakan Bapak C memiliki deposito. Pada saat di lembaga, Bapak C hadir pada pukul 9.00-11.00 WIB, kegiatan yang dilakukan oleh Bapak C adalah mewawancarai calon karyawan yang mengikuti psikotes, menginterpretasikan hasil psikotes, dan memberikan konsultasi pada klien. Disela-sela kegiatan tersebut, Bapak C juga aktif di kegiatan organisasi pensiunan departemen ketenaga kerjaan (DEPNAKER), dan kegiatan di kampung halaman beliau.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wakasaki, Matsumoto, & Kakehashi (2006) menemukan bahwa *successful aging* pada wanita memiliki dua pencapaian, pertama kegiatan yang melibatkan orang lain dan diri sendiri di kehidupan sehari-hari diwujudkan dengan waktu yang efisien dan yang kedua memiliki persiapan kreatif untuk kehidupan masa depan atas kondisi kehidupan pada masa kini. Hasil penelitian Widiasari & Nuryoto (2010) menemukan bahwa aspek penting yang mempengaruhi tercapainya *successful aging*, baik yang bersifat internal bersumber dari dalam individu maupun eksternal yang bersumber dari lingkungan di luar individu. Kondisi internal terdiri dari tingkat kepuasan hidup dan adanya integritas kepribadian, sedangkan kondisi eksternal terdiri dari kemampuan mempertahankan dukungan sosial yang masih berarti serta kemandirian dan penyesuaian diri pada kondisi ekonomi.

Andrews & Phillips (2005) menjelaskan bahwa *successful aging* biasanya berhubungan dengan ekonomi, prestasi, status pekerjaan, pendapatan dan aset. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh Bapak E dan Ibu M pada tanggal 11 Maret 2016 di kelurahan Belakang Balok. Bapak E mengungkapkan bahwa ia memilih untuk tetap bekerja sebagai dosen di sekolah tinggi swasta untuk mengisi jadwal kegiatannya. Tidak berbeda jauh dengan Ibu M yang mengatakan bahwa saat ini beliau aktif di Posyandu. Bapak E dan Ibu M sebagai pengurus lansia di kelurahan Belakang Balok mengatakan bahwa sebagian besar lansia yang masih bekerja berprofesi sebagai wirausaha sedangkan yang tidak bekerja lebih menyibukkan diri dengan berada di rumah yang sebagian besar mengurus cucu. Menurut beliau, dengan memiliki kegiatan bekerja, waktu yang dimiliki tidak terbuang secara sia-sia, dapat memelihara kesehatan tubuh lebih baik, memenuhi ekonomi keluarga dan dapat bersosialisasi dibandingkan dengan lansia yang tidak bekerja.

Hasil penelitian dari Mathuranath, George, Cherian, Mathew, & Sarman (2005) menemukan bahwa aktivitas ringan yang dilakukan oleh lansia adalah berbelanja, membersihkan rumah, mencuci pakaian, dan lain-lain. Aktivitas fisik merupakan bagian dari aktivitas produktif, hal ini dikarenakan aktivitas fisik pada lansia mengarah pada aktivitas lansia yang dilakukan menghasilkan keuntungan-keuntungannya tersendiri atau bernilai positif bagi daya tahan tubuh seorang lansia, namun ada pula kegiatan lain seperti bekerja.

Hasil Survei Angkatan Kerja Nasional (SAKERNAS) tahun 2014, menemukan bahwa 118.196 lansia di Indonesia diumur 60 tahun ke atas, 99,37 persen diantaranya berstatus bekerja (BPS, 2015). Pada data badan pusat statistik golongan umur 60 tahun ke atas, tahun 2014 yang masih bekerja di Indonesia berjumlah 58.206 jiwa dari 10.091.116 jiwa dan jumlah tersebut tersebar di provinsi dari Sabang hingga Marauke. Di daerah Sumatera Barat jumlah lansia pada tahun 2014, yang tercatat menurut Badan Pusat Statistik adalah 452.804 jiwa, dimana lansia dibedakan antara yang bekerja dan tidak bekerja. Lansia yang bekerja adalah 207.898 jiwa, sedangkan yang tidak bekerja adalah 1.340 jiwa. Di Kota Bukittinggi jumlah lansia yang ada sebanyak 3.490 jiwa yang bekerja dari total 8.927 jiwa.

Status pekerjaan (BPS, 2015) adalah jenis kedudukan seseorang dalam melakukan pekerjaan di suatu unit usaha/kegiatan. Status pekerjaan terbagi menjadi dua yaitu bekerja dan tidak bekerja. Konsep bekerja menurut Indriana (2012) sesuatu yang harus dilakukan untuk melewati waktu, kehormatan diri, dan pengenalan dengan orang-orang lain, sahabat atau relasi-relasi semasa kuliah, pengalaman hidup yang penuh makna mengenai tujuan hidup seseorang, kreativitas dan ekspresi diri, pengalaman dan pelayanan terhadap orang lain. Menurut Firth (Morin, 2008) kerja didefinisikan sebagai pengeluaran energi melalui serangkaian kegiatan terkoordinasi dimaksudkan untuk menghasilkan sesuatu yang berguna.

Seseorang yang bekerja setidaknya memiliki kegiatan yang lebih di luar rumah, usaha pribadi ataupun usaha orang lain yang digeluti. Sedangkan seseorang yang tidak bekerja, memiliki dua pilihan yaitu pengangguran atau pensiunan. Pengangguran adalah hal atau keadaan menganggur (yang tidak mempunyai pekerjaan) sedangkan pensiunan adalah karyawan yang sudah pensiun atau orang yang menerima pensiun/tidak bekerja lagi karena masa tugasnya sudah selesai (Pusat Bahasa, 2007). Berdasarkan pandangan psikologi perkembangan, pensiun dapat dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup baru, ataupun merupakan akhir pola hidup (Schawrz dalam Hurlock, 2002).

Rowe dan Khan (Tak Cheng, Chi, Fung, & Li, 2015) menjelaskan *successful aging* adalah sukses dengan kesehatan yang baik terlihat dari ada atau tidaknya penyakit kronis, kebugaran dan kemampuan untuk melakukan fungsi kognitif dan fisik. Dari fenomena di atas dapat dilihat bahwa secara penilaian yang ditinjau, Bapak E, Ibu M, Bapak C, dan Nenek W dilihat dari segi kesehatan selama wawancara cukup terpenuhi, dan dapat melakukan aktivitas keseharian dari fungsi kognitif dan fisik, dan keberhasilan dalam bersosialisasi sesuai dengan pendapat oleh Cramptom (Tak Cheng, Chi, Fung, & Li, 2015). *Succesfull aging* diperoleh tidak hanya dari sisi pekerjaan tetapi juga dari sisi sosial seseorang dengan masyarakat.

Hasil penelitian yang dilakukan Affandi (2009) menyebutkan bahwa faktor-faktor lansia bekerja dikarenakan mencari nafkah bahkan menjadi tulang

panggung bagi keluarganya. Vaillant (Suardiman, 2011) menjelaskan adanya empat keadaan yang menyebabkan para pensiun mengalami stress. Pertama, jika datangnya masa pensiun di luar kemauan dan tidak direncanakan; kedua, jika yang bersangkutan tidak memiliki dukungan/sumber lain selain gaji; ketiga, pensiunan akan stres jika kehidupan di rumah tidak bahagia dan jika bekerja memberikan makna sebagai tempat pelarian dari rumah; keempat, bila pensiun telah menimbulkan atau mempercepat hadirnya kondisi kesehatan yang buruk. Hasil wawancara sesuai dengan yang dikatakan Bapak E dan Ibu M, jika bekerja waktu yang dimiliki tidak terbuang secara sia-sia, dapat memelihara kesehatan tubuh lebih baik, memenuhi ekonomi keluarga dan dapat bersosialisasi dibandingkan dengan lansia yang tidak bekerja dimana sesuai dengan hasil penelitian dari Affandi di Indonesia dan Valliant (Suardiman, 2011). Agus (2013) mengatakan pula bahwa pencapaian *successful aging* dapat dilihat dari sosioekonomi, dimana sosioekonomi berubah-ubah dapat mempengaruhi *successful aging* seseorang, baik laki-laki maupun perempuan.

Berdasarkan informasi dari web berita satu (Timmerman, 2014), Direktur Manulife Putut Endro Andanawarih mengatakan, Indonesia menempati posisi tertinggi dalam partisipasi angkatan kerja usia lanjut di antara delapan negara Asia lainnya, “*Lebih dari 40% orang usia lanjut Indonesia terus bekerja setelah mencapai masa pensiun*”. Putut (Timmerman, 2014) mengatakan bahwa tingginya angka partisipasi angkatan kerja usia pensiun merupakan kabar baik bagi kelangsungan roda perekonomian Indonesia dan dimana orang yang tetap

bekerja setelah mencapai masa pensiun akan memiliki umur yang semakin panjang. Dapat disimpulkan bahwa lansia yang bekerja dapat memenuhi kebutuhan pangan, sandang, papan, dan rasa aman, tentram, kepastian sehari-hari yang akan datang, berinteraksi dan mengatasi masalah ekonomi, sosial, dan psikologis.

Dilain sisi banyak dari lansia yang setelah pensiun memilih menikmati masa pensiunnya dengan berada di rumah. Di dalam rumah, sebagian usia lanjut berperan sebagai kepala rumah tangga yang harus mempertahankan kelangsungan rumah tangganya. Baik secara ekonomi demi memenuhi kebutuhan seluruh anggotanya, juga masih harus mengelola rumah tangganya agar berjalan lancar (Suardiman, 2011).

Keluarga merupakan lembaga masyarakat yang paling dekat serta sumber kesejahteraan sosial bagi usia lanjut (Suardiman, 2011) sehingga lansia dapat dengan leluasa meluangkan waktu untuk berkomunikasi/bersosialisasi dengan keluarga seperti anak dan cucu, pilihan tempat tinggal lansia pada masa pensiun adalah tinggal bersama anak atau tinggal sendiri di rumah. Bertempat tinggal di rumah anak sebenarnya juga hal yang menyenangkan, karena mendapatkan kehangatan, hidup di tengah-tengah anak cucu yang selalu di dambakan, namun kebebasannya berkurang (Suardiman, 2011). Hasil wawancara tanggal 27 September 2016 yang dilakukan bersama Nenek D. Nenek D adalah lansia berusia 70 tahun, beliau tinggal bersama anaknya yang ke lima dari tujuh bersaudara. Nenek D dahulunya bekerja sebagai pedagang di toko

yang beliau bangun bersama almarhum suaminya. Semenjak suami beliau meninggal, toko tersebut mengalami kemerosotan omzet sehingga Nenek D memutuskan untuk tidak berdagang lagi. Nenek D mengatakan bahwa kegiatan keseharian Nenek D saat ini lebih banyak untuk beribadah, tidur dan memasak. Nenek D tinggal bersama anaknya mengatakan bahwa ia merasa senang tetapi sesekali ingin kembali ke rumah dikarenakan tinggal di rumah sendiri sesungguhnya lebih leluasa. Jika dilihat kembali dengan adanya Nenek D tinggal bersama anaknya, maka secara finansial, beliau bergantung kepada anaknya.

Apabila lansia tinggal sendiri di rumah akan merasa bebas dan aman, tetapi tidak jarang akan merasakan *loneliness* (kesepian). Kesepian akan sangat dirasakan oleh usia lanjut yang hidup sendirian, tanpa anak, kondisi kesehatannya rendah, tingkat pendidikannya rendah, *introvert*, rasa percaya diri rendah, kondisi sosial ekonomi rendah akibat pensiun, menimbulkan perasaan kehilangan prestise, hubungan sosial, kewibawaan dan sebagainya (Suardiman, 2011). Sesuai dengan wawancara yang dilakukan bersama Nenek I, pada tanggal 24 September 2015 dimana lansia tersebut menghabiskan waktunya berada di rumah. Nenek I adalah lansia berusia 73 tahun, dahulunya Nenek I bekerja sebagai penjual kaset. Namun semenjak berusia 50 tahun, Nenek I tidak lagi bekerja karena dilarang oleh anak-anaknya. Anak Nenek I yang berjumlah delapan orang, dalam kesehariannya Nenek I mengatakan dirinya kesepian. Hal tersebut disebabkan Nenek I tinggal sendiri di rumah, kegiatan yang biasanya

dilakukan oleh Nenek I adalah membersihkan rumah, melihat-lihat orang lalu lalang di depan rumah, dan menonton tv.

Berdasarkan informasi dari Ibu M, beliau memiliki teman-teman yang tidak bekerja atau kesibukkan di luar rumah seperti hanya mengurus rumah atau cucu. Ibu M mengatakan bahwa hal tersebut membuat teman beliau lebih sering ke rumah sakit dan meminum obat-obatan dikarenakan sakit.

Sesuai adanya wawancara dan informasi tersebut dapat dilihat bagaimana kehidupan lansia yang tidak bekerja. Maka dapat disimpulkan bahwa lansia yang tidak bekerja akan merasakan kesepian jika berada di rumah sendirian, ketergantungan ekonomi, dan sakit-sakitan, sehingga dapat dikatakan lansia tersebut kurang tercapai *successful aging*.

Berdasarkan hasil wawancara awal dan penelitian sebelumnya mengenai *Successful Aging*, serta masih kurangnya penelitian gerontologi yang telah di paparkan pada paragraf sebelumnya. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan *successful aging* pada lansia ditinjau dari status pekerjaan yaitu bekerja dan tidak bekerja.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Lansia di masa pensiun ada yang masih bekerja dan adapula yang sudah tidak bekerja.
2. *Successful Aging* yang berbeda pada lansia di masa pensiun.

3. Pencapaian *Successful Aging* yang tidak sesuai berdampak pada keseharian perilaku lansia dimasa pensiun.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang diuraikan diatas, batasan penelitian ini adalah:

1. *Successful Aging* pada lansia dimasa pensiun.
2. Perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia dimasa pensiun.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia dimasa pensiun?
2. Bagaimana *Successful Aging* pada lansia dimasa pensiun?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat:

1. Perbedaaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia dimasa pensiun.
2. *Successful Aging* pada lansia dimasa pensiun.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat baik, secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan terhadap pengayaan khasanah ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya gerontologi. Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan dalam ilmu gerontologi, terutama dalam kajian perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia dimasa pensiun.

2. Manfaat Praktis

a. Subjek

Bagi subjek, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dan pertimbangan bagi subjek untuk menjalani aktivitas yang akan dilakukan terkait dengan pencapaian *Successful Aging*.

b. Keluarga

Bagi keluarga, diharapkan dengan adanya informasi penelitian ini dapat lebih memahami dan membantu lansia untuk mencapai *Successful Aging*.

BAB II KAJIAN TEORI

A. *Successful Aging*

1. Pengertian *Successful Aging*

Successful Aging merupakan sukses dengan kesehatan yang baik terlihat dari ada atau tidaknya penyakit kronis, kebugaran dan kemampuan untuk melakukan fungsi kognitif dan fisik, dengan tujuan mengalami umur panjang yang berprestasi dan keterlibatan sosial (Rowe dan Khan dalam Tak Cheng, Chi, Fung, & Li, 2015). Havighurst (Victor, 2005) mengatakan bahwa *successful aging* adalah kondisi kehidupan individual dan sosial dimana seorang individu mendapatkan kepuasan secara maksimal, bahagia, dan menjaga hubungan bermasyarakat secara seimbang untuk berbagi ke grup dimana ada individu berusia setengah baya, muda, laki-laki, perempuan dan lain-lain.

Beberapa pengertian *successful aging* lainnya diungkapkan secara subjektif dan objektif. Menurut Baltes & Carstensen (Andrews & Phillips, 2005) *successful aging* dipandang secara subjektif adalah individu yang dapat mengevaluasi kehidupan mereka sendiri dan pengalaman pada masa tua. Perbedaan antara kesejahteraan subjektif (kepuasan sendiri) dan kesejahteraan psikologis (kemajuan yang dirasakan), kemudian menurut Rowe & Khan (1997) *successful aging* adalah rendahnya/menghindari penyakit dan kecacatan, fungsi kognitif dan fisik yang tinggi, dan keterlibatan aktif dalam

hubungan sosial. Andrews & Philips (2005) menjelaskan bahwa *successful aging* berarti memaksimalkan apa yang diinginkan dan meminimalkan apa yang tidak diinginkan.

Baltes dan Baltes (Andrews & Phillips, 2005) menjelaskan *successful aging* adalah mempertimbangkan model perilaku, terkait adaptasi dan kompensasi. Mereka menawarkan tujuh proposisi yang terdiri dari faktor-faktor yang diketahui berkaitan dengan penuaan yaitu umur panjang, kesehatan biologis, kesehatan mental, kesiapan kognitif, kompetensi sosial dan produktifitas, kendali pribadi, dan kepuasan hidup.

Lafrancois (Suardiman, 2011) menjelaskan *successful aging* terkait dengan teori *activity*, yang berpendapat bahwa kegiatan adalah esensi hidup sepanjang hidup dan sepanjang umur, di mana seseorang tetap aktif, baik secara fisik, mental maupun sosial akan melakukan penyesuaian yang lebih baik seiring dengan bertambahnya usia.

Suardiman (2011) mengatakan bahwa *successful aging* merupakan suatu kondisi maupun keadaan di mana seorang lansia tidak hanya berumur panjang saja tetapi juga umur panjang dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial.

Berdasarkan beberapa definisi di atas maka peneliti mengambil suatu kesimpulan *successful aging* adalah keadaan dimana seorang lansia dapat mempertahankan kesehatannya, rendahnya/menghindari penyakit dan

kecacatan, fungsi kognitif dan fisik yang tinggi, dan keterlibatan aktif dalam kehidupan sosial, sehingga dapat mencapai usia yang panjang dan masa lanjut usia yang berprestasi (Rowe dan Khan, 1997) & Suardiman, 2011).

2. Aspek *Successful Aging*

Berikut aspek-aspek yang harus terpenuhi untuk mencapai *successful aging* menurut Rowe dan Kahn (1997) & Rowe dan Kahn (Strawbridge, Wallhagen, and Cohen, 2002):

a. *Avoidance of disease and disability* (menghindari penyakit dan kecacatan)

Seseorang yang *successful aging* dikatakan tidak memiliki penyakit yang berisiko dan menghindari munculnya penyakit yang berisiko. Penyakit berisiko yang dimaksudkan adalah penyakit kronik pada seseorang. Karakteristik penuaan pada umumnya disebabkan oleh gaya hidup, gaya hidup pada lansia sangat mempengaruhi *successful aging*. Pada lansia biasanya penyakit yang dikaitkan adalah diabetes melitus yang ditandai dengan kenaikan glukosa dan insulin pada darah di tubuh, penyakit jantung koroner, dan stroke.

Tidak adanya penyakit maksudnya adalah tidak adanya penyakit hati, stroke, bronkitis, diabetes, kanker, osteoporosis, emfisema, atau asma. Tidak adanya kecacatan maksudnya mampu melakukan semua 7 aktivitas sehari-hari dalam hidup (mandi, berpakaian, makan, menggunakan toilet, bergerak dari tempat tidur ke kursi, perawatan, atau

berjalan melintasi ruang). Dan tidak adanya faktor risiko maksudnya tidak adanya merokok, hipertensi, dan obesitas.

- b. *High cognitive and physical function* (fungsi kognitif dan fisik yang tinggi)

Fungsi kognitif terkait dengan pembelajaran dan ingatan pada seseorang, area fungsional yang terkait adalah kinerja dari fisik. Kemampuan kognitif dinilai dari bahasa, memori verbal dan nonverbal, konseptualisasi dan kemampuan spasial visual. Aktivitas pada lansia merupakan prediktor penting dalam menjaga fungsi kognitif. *Self efficacy* adalah salah satu faktor dari mempertahankan fungsi kognitif seseorang, dimana *self efficacy* dinilai dapat mengukur kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi. Menanggapi stress, penentuan ketahanan dalam menangani peristiwa stres tertentu, memberikan penilaian fungsi yang relevan untuk menghadapi tantangan. Hal tersebut diperlukan untuk melihat kestabilan diri.

Pemeliharaan fisik dapat dilihat dari pemeliharaan tangan, badan, dan gerakan keseimbangan. Pada lansia yang memiliki pendapatan kurang dalam kehidupannya, kemungkinan mengalami penurunan dalam kinerja fisik seperti lemak yang menjadi lebih menumpuk banyak, tekanan darah tinggi, dan kinerja kognitif yang menjadi lambat. Perilaku pemeliharaan fisik seperti kegiatan rekreasi berat dan emosional dapat

didukung oleh keluarga dan teman-teman, hal tersebut seperti aktivitas olahraga (misalnya, jalan santai).

Mempertahankan fungsi fisik dan mental termasuk kemampuan untuk berjalan 1/4 mil, kemampuan untuk menaiki satu tangga tanpa istirahat, kemampuan untuk berdiri tanpa pingsan atau pusing, dan kemampuan untuk mengingat hal-hal tanpa kesulitan, mengingat di mana meletakkan sesuatu, atau untuk menemukan kata yang tepat ketika berbicara.

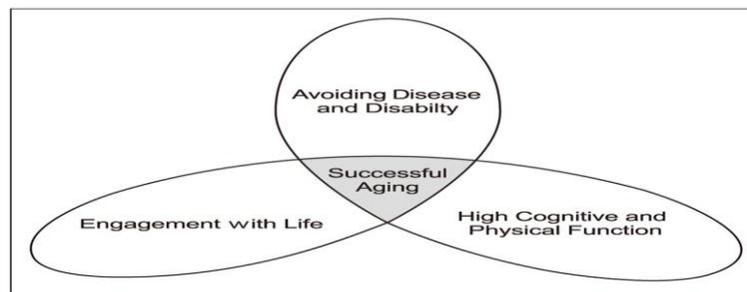
c. *Engagement with life* (keterlibatan aktif dalam komunikasi sosial)

Komponen ketiga dari *successful aging* adalah keterlibatan aktif dalam komunikasi sosial, dimana hal tersebut terkait dengan dua elemen utama yaitu pemeliharaan hubungan interpersonal dan kegiatan produktif. Hubungan interpersonal/hubungan sosial menjadi bagian dari jaringan sosial yang dapat menentukan kehidupan. Perilaku tersebut dapat tergambar dengan sosioemosial dan instrumental. Perilaku sosioemosional seperti ekspresi kasih sayang, rasa hormat dan sejenisnya sedangkan perilaku instrumental seperti bantuan langsung ataupun memberikan uang. Hubungan interpersonal yang sangat mempengaruhi adalah status perkawinan, dukungan sosial, dan aktivitas produktif kepada sesamanya.

Kegiatan produktif, orang tua tidak dianggap "tua" oleh mereka keluarga dan teman-teman, juga tidak menganggap diri mereka sebagai

"lama", asalkan mereka tetap aktif dan produktif dalam arti yang bermakna. Kegiatan produktif tersebut terkait dengan pekerjaan yang dibayar maupun pekerjaan yang tak dibayar, memberikan barang ataupun jasa. Koneksi dengan orang termasuk melaporkan kontak bulanan dengan tiga atau teman-teman atau kerabat yang lebih dekat. Menjadi produktif termasuk melaporkan hal-hal berikut: (1) pekerjaan yang dibayar, (2) merawat anak atau cucu, (3) aktif sukarela, atau (4) membersihkan rumah.

Gambar 1. Aspek *Successful aging* (Rowe and Khan, 1997)



Sebagaimana ditentukan oleh Rowe dan Kahn dalam (Strawbridge, Wallhagen, & Cohen, 2002) lansia harus memenuhi ketiga kriteria agar mencetak sebagai *successful aging*.

Aspek *successful aging* yang diungkapkan menurut Widiyari (2010):

- a. Aspek Internal, berdasarkan dari dalam diri lansia
- b. Aspek Eksternal, berdasarkan dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat

Jadi, dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa aspek dari *Successful aging* adalah:

- a. *Avoidance of disease and disability* (menghindari penyakit dan kecacatan), tidak adanya faktor penyakit, kecacatan, dan risiko.
- b. *Involvement in society* (keterlibatan dalam masyarakat), bersosialisasi bersama teman yang dikenal dahulu dan sekarang, teman lingkungan rumah dan keluarga.
- c. *High cognitive and physical function* (fungsi kognitif dan fisik yang tinggi), mempertahankan fungsi fisik dan mental.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Successful Aging*

Terdapat beberapa penelitian yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi *successful aging*. Faktor-faktor tersebut tidak selalu sama antara peneliti yang satu dengan yang lainnya. Faktor-faktor tersebut di antaranya adalah:

Menurut Suardiman (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi:

- a. Mobilitas fisik, orang yang aktif cenderung berumur panjang.
- b. Pendidikan, orang dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung panjang umurnya daripada yang pendidikannya lebih rendah.
- c. Pekerjaan, para profesional atau orang dengan pekerjaan yang hanya membutuhkan aktivitas fisik relatif kecil cenderung berumur panjang.
- d. Aktivitas, orang yang aktif bekerja lebih panjang umurnya daripada orang yang banyak menganggur atau pensiun.

Menurut Berk (Suardiman, 2011) faktor-faktor yang mempengaruhi:

- a. Optimis serta perasaan efikasi diri dalam meningkatkan kesehatan dan fungsi fisik
- b. Optimisasi secara selektif dengan kompensasi untuk membangun keterbatasan energi fisik dan sumber kognitif sebesar-besarnya
- c. Penguatan konsep diri yang meningkatkan penerimaan diri dan pencapaian harapan
- d. Memperkuat pengertian emosional dan pengaturan emosional diri, yang mendukung makna, menghadirkan ikatan sosial
- e. Menerima perubahan, yang membantu perkembangan kepuasan hidup
- f. Perasaan spiritual dan keyakinan yang matang, harapan akan kematian dengan ketenangan dan kesabaran
- g. Kontrol pribadi dalam hal ketergantungan dan kemandirian
- h. Kualitas hubungan yang tinggi, memberikan dukungan sosial dan persahabatan yang menyenangkan

Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi *successful aging* yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan:

- a. Optimal dalam memelihara kesehatan dan fungsi fisik maupun kognitif
- b. Memiliki aktivitas seperti bekerja
- c. Memiliki kontrol diri untuk mandiri atau tidak bergantung
- d. Menjalin hubungan sosial (keluarga, teman, dan tetangga)

Jadi dalam penelitian ini akan memfokuskan pada perbedaan *successful aging* ditinjau dari status pekerjaan.

B. Status Pekerjaan

Bekerja merupakan pengorbanan waktu delapan jam kerja sehari di dalam hidupnya dengan tujuan untuk mendapatkan uang yang akan digunakan untuk memperoleh kepuasan di luar pekerjaan tersebut (Leavitt, 2006). Firth (Morin, 2008) kerja didefinisikan sebagai pengeluaran energi melalui serangkaian kegiatan terkoordinasi dimaksudkan untuk menghasilkan sesuatu yang berguna. Secara psikologi, yang berarti pada dasarnya berkaitan dengan pengalaman koherensi, kohesi, keseimbangan dan bahkan kepenuhan menurut Frankl (Morin, 2008).

Pekerjaan memiliki arti yang berbeda bagi orang-orang yang berbeda, pekerjaan dilihat sebagai sumber dari pemasukan, sesuatu yang harus dilakukan untuk melewati waktu, kehormatan diri, dan pengenalan dengan orang-orang lain, sahabat atau relasi-relasi semasa kuliah, pengalaman hidup yang penuh makna mengenai tujuan hidup seseorang, kreativitas dan ekspresi diri, pengalaman dan pelayanan terhadap orang lain (Indriana, 2012). Pada umumnya, pekerja mengembangkan ikatan kelekatan pada beberapa elemen dari pekerjaan mereka dan menganggap pekerjaan sebagai sumber penghasilan bagi hidup mereka (Indriana, 2012).

Undang-undang no 13 tahun 2003 bab I pasal 1 ayat 2 menjelaskan mengenai bekerja dengan kata ketenaga-kerjaan yang berarti setiap orang yang

mampu melakukan pekerjaan guna menghasilkan barang dan/atau jasa baik untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun untuk masyarakat. Selain itu perilaku kerja adalah sesuatu yang dilakukan seseorang dalam lingkungan kerja, seperti berbicara dengan manajer, mendengarkan rekan kerja, menciptakan metode baru menindak-lanjuti penjualan, belajar perangkat lunak komputer baru, mengetik memo, meneliti pertanyaan menggunakan mesin pencari internet, dan menggunakan sistem akuntansi perusahaan semuanya adalah perilaku kerja (Ivancevich, Konopaske, & Matteson, 2008).

Pekerjaan dan pengangguran adalah status pekerjaan yang umum ditemukan pada kenyataan (Bizuneh, Adino, Gesano, Guarneri, & Heins, 2001). Pengangguran menurut BPS (2015) orang yang tidak bekerja sama sekali atau bekerja kurang dari dua hari selama seminggu sebelum pencacahan dan berusaha memperoleh pekerjaan sedangkan pekerjaan adalah barang apa yang dilakukan (diperbuat, dikerjakan, dan sebagainya); tugas kewajiban; hasil bekerja; perbuatan. Pusat Bahasa (2007) status adalah keadaan atau kedudukan (orang, badan, dan sebagainya) dalam hubungan dengan masyarakat di sekelilingnya

Oleh karena itu dapat disimpulkan status pekerjaan terbagi menjadi dua yaitu bekerja dan tidak bekerja (pengangguran). Bekerja adalah serangkaian aktivitas rutin yang dilakukan seseorang dalam lingkungan kerja dengan tujuan mendapatkan uang ataupun menghasilkan sesuatu untuk kepuasan tertentu seperti melewati waktu, kehormatan diri, dan pengenalan dengan orang-orang lain, sahabat atau relasi-relasi semasa kuliah, pengalaman hidup yang penuh makna

mengenai tujuan hidup seseorang, kreativitas dan ekspresi diri, pengalaman dan pelayanan terhadap orang lain (Leavitt, Firth (Morin, 2008), dan Indriana, 2012) . Tidak bekerja (pegangguran) adalah suatu aktivitas yang dilakukan seseorang tanpa berusaha memperoleh pekerjaan untuk mendapatkan uang ataupun tidak menghasilkan sesuatu (BPS, 2015), walaupun seseorang melakukan aktivitas untuk memenuhi kepuasan tersendiri seperti menjahit tetapi dilakukan tidak rutin dan tidak menghasilkan profit (keuntungan seperti uang) ataupun manfaat bagi masyarakat maka hal tersebut bukan dalam kategori bekerja. Masa seseorang yang sudah tidak bekerja lagi dikarenakan masa tugasnya sudah habis dikatakan sebagai masa pensiun.

Pensiun dalam undang-undang no 11 tahun 1969 pasal 9, adalah pegawai yang diberhentikan dengan hormat sebagai pegawai. Usia yang dapat dipensiunkan dalam ayat 1 dikatakan sekurang-kurangnya berusia 50 tahun. Sebagai sebuah istilah, pensiun kurang lebih bermakna purnabakti, tugas selesai, atau berhenti (Sutarto, 2008).

Pensiunan adalah karyawan yang sudah pensiun atau orang yang menerima pensiun/tidak bekerja lagi karena masa tugasnya sudah selesai (Pusat Bahasa, 2007). Berdasarkan pandangan psikologi perkembangan, pensiun dapat dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup baru, ataupun merupakan akhir pola hidup (Schawrz dalam Hurlock, 2002). Dapat disimpulkan bahwa pensiun adalah masa transisi dimana seseorang sudah tidak bekerja lagi karena

masa tugasnya sudah selesai (Pusat Bahasa, 2007 & Schawrz dalam Hurlock, 2002).

C. Usia Lanjut (Lansia)

1. Pengertian Usia Lanjut (Lansia)

Usia lanjut adalah istilah yang digunakan kepada individu yang sudah menua, dengan rentan usia mulai dari 60 tahun hingga akhir hayat. Menurut Santrock (2012) masa tua atau usia lanjut merupakan suatu harapan terakhir dari rentang kehidupan manusia yang secara teoritis dimulai ketika seseorang memasuki usia 60 tahun sampai dengan meninggal. Batasan usia lanjut berawal dari 60 tahun hingga meninggal (Hurlock, 2002).

Papalia, Old, & Feldman (2011) mengelompokkan lansia menjadi tiga kelompok yaitu lansia muda (*young old*), lansia tua (*old old*), dan lansia tertua (*oldest old*). Secara kronologis, *young old* berkisar antara usia 65 sampai 74 tahun, yang biasanya aktif, vital, dan bugar. *Old-old* berkisar antara usia 75 sampai 84 tahun, dan *oldest old* berkisar antara usia 85 tahun ke atas, berkecenderungan lebih besar lemah dan tidak bugar serta memiliki kesulitan dalam mengelola aktivitas keseharian.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengertian lanjut usia adalah usia akhir dari hayat kehidupan seseorang yang dimulai sejak usia 60 tahun. Batasan usia lanjut adalah usia 60 tahun hingga meninggal.

2. Karakteristik Usia Lanjut (Lansia)

Pada saat lansia perkembangan individu akan berubah, baik secara fisik, kognitif dan psikososial, berikut adalah karakteristik perubahan perkembangan pada lansia:

a. Perubahan fisik

Menurut Papalia, Old, & Feldman, 2011:

- 1) Kulit menjadi memucat dan kurang elastis
- 2) Pembengkakan pada pembuluh darah
- 3) Rambut di kepala menjadi putih, semakin menipis, dan semakin jarang
- 4) Menjadi lebih pendek dan postur tubuh menjadi lebih kecil
- 5) Penipisan tulang dapat menyebabkan “*dowager hump*” pada belakang leher.

Menurut Hurlock, 2002:

- 1) Perubahan penampilan meliputi daerah kepala, daerah badan, dan pada daerah pesendian.
- 2) Perubahan kerangka tubuh (skelton) diakibatkan dari mengerasnya tulang-tulang, menumpuknya garam mineral dan modifikasi pada susunan organ tubuh bagian dalam.
- 3) Pada fungsi fisiologis perubahan yang terjadi pada pengaturan temperatur badan dipengaruhi oleh memburuknya sistem pengaturan organ-organ.

- 4) Perubahan panca indera pada usia lanjut fungsi seluruh organ penginderaan kurang mempunyai sensitivitas dan efisiensi kerja dibandingkan yang dimiliki oleh orang yang lebih muda.
- 5) Perubahan seksual, seperti masa menopause, maka klimakterik disertai dengan menurunnya fungsi gonadal, karena gonadal adalah yang bertanggung jawab terhadap berbagai perubahan yang terjadi selama masa klimakterik.

Menurut Santrock, 2012:

- 1) Perubahan fisik, menyusutnya otot dan membuat tubuh menjadi kendur (Evans dalam Santrock, 2012)
- 2) Pada pengelihatn ketajaman visual menjadi mundur, pengelihatn warna yang menurun, dan persepsi kedalaman yang menjadi rendah (Dillon dalam Santrock, 2012).
- 3) Pada pendengaran taraf lanjut usia akan mengalami penurunan (Dillon dalam Santrock, 2012).
- 4) Penurunan pada penciuman dan perasa serta sentuhan dan rasa sakit.

b. Kesehatan fisik dan mental

Kesempatan untuk sehat dan bugar pada masa senja sering kali tergantung kepada gaya hidup, khususnya latihan dan makan. Ketika seseorang menjadi semakin tua, mereka cenderung mengalami, atau berpotensi mengalami masalah kesehatan yang berkaitan dengan ketidakberfungsian. Pada aktivitas fisik, program olahraga jangka panjang,

sebagaimana yang dilakukan bisa mencegah banyak perubahan fisik yang diasosiasikan dengan penuaan yang normal (John Glenn dalam Papalia, Olds, & Feldman 2011). Terkait dengan pemenuhan nutrisi, banyak orangtua tidak makan sebaik yang seharusnya, bisa karena hilangnya indera perasa dan pembau, masalah gigi, dan kesulitan dalam berbelanja serta menyiapkan makanan, atau pemasukan yang tidak cukup. Nutrisi berperan dalam proses kerapuhan terhadap penyakit kronis seperti *atherosclerosis*, jantung, dan diabetes (Mohs dalam Papalia, Olds, & Feldman 2011).

Gangguan mental dan perilaku yang memang terjadi pada masa tua dapat menghancurkan (Papalia, Old, & Feldman, 2011), seperti demensia (kepikunan dengan penurunan perilaku dan kognitif), alzheimer (gangguan otak dimana bersifat degenerative dan progresif yang ditandai dengan penurunan kognitif dan kehilangan kontrol fungsi tubuh, bermuara pada kematian), dan parkinson (degenerasi neurologis progresif, ditandai dengan gemetar, kekakuan, gerakan yang melambat, dan postur yang tidak stabil).

Menurunnya kondisi fisik yang menunjang terjadinya kerusakan mental telah ditunjukkan dengan fakta bahwa perlakuan terhadap hormon seks pada wanita lanjut dapat meningkatkan kemampuan berpikir, mempelajari bahan baru, menghafal, mengingat, dan meningkatkan kemampuan untuk mengeluarkan energi intelektual (Newseek dalam Hurlock, 2002). Pada mental seperti belajar aspek motorik, kelanjutan latihan yang dilakukan selama bertahun-tahun akan memperlambat

kecepatan tingkat penurunan mental (Briton & Robertson dalam Hurlock, 2002). Kelemahan secara menyeluruh yang diakibatkan oleh menurunnya kemampuan intelektual terutama disebabkan oleh pendengaran yang buruk. Menurunnya fungsi dan kemampuan pendengaran bagi orang berusia lanjut, maka banyak dari mereka yang gagal dalam menangkap isi pembicaraan orang lain (Kent dalam Hurlock, 2002).

c. Perkembangan kognitif

Beberapa kecerdasan, seperti kecepatan pemrosesan mental dan penalaran abstrak, bisa menurun pada tahun-tahun berikutnya, akan tetapi berbagai aspek pemikiran praktis dan integratif cenderung meningkat sepanjang kehidupan masa dewasa (Sternberg, Grigorenko dalam Papalia, Olds, Feldman, & Gross, 2011). Kondisi terbaik lansia untuk diuji adalah ketika sedang bugar secara fisik dan telah beristirahat dengan cukup. Masalah neurofisiologis, tekanan darah yang tinggi, atau gangguan kardiovaskular lain, yang dapat mempengaruhi aliran darah ke otak, dapat mengganggu performa kognitif (Sand & Meredith dalam Papalia, Olds, Feldman, & Gross, 2011).

Pada memori, kegagalan mengingat seringkali dipandang sebagai sinyal penuaan. Pada memori jangka pendek, kemampuan mengurutkan angka ke depan akan terus bertahan seiring dengan peningkatan usia (Craik, Jennings, Poon, Wingfield & Stine dalam Papalia, Olds, & Feldman 2011), akan tetapi tidak demikian dengan performa deret terbalik (Craik,

Jennings, Lovelace dalam Papalia, Old, & Feldman, 2011). Hal tersebut karena, pengulangan deret ke depan hanya membutuhkan memori sensoris, yang efisiennya terus bertahan sepanjang hidup, sedangkan pengulangan deret terbalik menuntut pengolahan informasi dalam memori kerja (*working memory*), yang kemampuannya menurun secara gradual sejak usia 45 (Swanson dalam Papalia, Old, & Feldman, 2011).

Baltes (Santrock, 2012) menekankan perbedaan antara mekanika kognitif (otak) dan pragmatik kognitif (pikiran). Pada orang-orang usia lanjut, mekanika kognitif cenderung mengalami kemunduran dibandingkan pragmatik kognitif. Para peneliti telah menemukan bahwa dimensi sensori/motor dan dimensi kecepatan pemrosesan cenderung mengalami kemunduran di usia lanjut. Atensi terbagi menjadi tiga yaitu *selective attention*, *divide attention*, dan *sustained attention*.

Selective attention (kemampuan fokus pada aspek tertentu dari pengalaman relevan dan mengabaikan aspek-aspek lain yang tidak relevan), seperti fokus pada satu suara diantara suara-suara yang lainnya, secara umum, orang dewasa lanjut usia kurang cakap dalam *selective attention* dibandingkan dengan dewasa muda (Bucur & Madden dalam Santrock, 2012). Pada *divided attention* (kemampuan berkonsentrasi pada lebih dari satu aktivitas dalam waktu bersamaan), efektivitas orang lanjut usia dalam membagi atensinya juga semakin kecil atau semakin buruk dibandingkan dengan orang dewasa yang lebih muda. Pada *sustained*

attention (keterlibatan dalam waktu panjang dan fokus pada satu objek), orang-orang lanjut usia menunjukkan performa yang sama baiknya dengan orang-orang paruh baya maupun orang-orang dewasa muda.

Pada memori episodik (pengetahuan mengenai kapan terjadi suatu peristiwa), orang dewasa yang lebih muda memiliki memori episodik yang lebih baik daripada orang dewasa lanjut usia. Pada memori semantik (pengetahuan tentang dunia), orang dewasa lanjut usia mengalami kesulitan lebih besar dalam mengingat memori semantik, tapi perlahan mereka dapat mengingatnya.

d. Perkembangan psikososial/sosioemosi

Stabilitas kualitas kepribadian, pada lansia emosi negatif bersifat *self-reporting* seperti kelelahan, kejenuhan, kesendirian, tidak bahagia, dan depresi menurun sejalan dengan usia (walaupun tingkat penurunan tersebut melambat setelah usia 60 tahun). Pada waktu yang sama, *emosionalitas positif*-kegairahan, ketertarikan, rasa bangga, dan perasaan telah menyelesaikan tugas, cenderung tetap stabil sampai akhir usia tua dan kemudian sedikit menurun secara gradual (Charle, Reynolds, & Gatz dalam Papalia, Old, & Feldman, 2011). Menurut Erikson (Papalia, Old, & Feldman, 2011) tahap kedelapan dan akhir perkembangan psikososial, dimana orang-orang pada masa dewasa akhir mencapai perasaan integritas diri dengan menerima hidup yang pernah mereka jalani, oleh karena itu

menerima kematian, atau berujung kepada keputusan bahwa hidup mereka tidak dapat diulang kembali.

Teori perkembangan sosioemosi di masa dewasa akhir menurut Santrock (2012) ada empat teori yaitu teori Erikson, teori aktivitas, teori selektivitas sosioemosional, dan teori optimalisasi. Pada teori Erikson (Santrock, 2012) masa dewasa akhir, dapat melibatkan refleksi terhadap masa lalu dan mengintegrasikan secara positif, atau menyimpulkan bahwa kehidupan sebelumnya tidak dilalui secara baik. Teori aktivitas (Santrock, 2012) menyatakan semakin besar tingkat aktivitas dan keterlibatan seseorang di usia lanjut, semakin besar kepuasan hidupnya. Teori selektivitas sosioemosional menyatakan bahwa orang-orang lanjut usia menjadi lebih selektif dalam jaringan sosialnya, karena kepuasan emosional merupakan hal yang sangat penting. Lansia termotivasi untuk meluangkan lebih banyak waktu menjalin relasi dengan individu-individu yang dikenal, dimana mereka dapat menjalin relasi yang memuaskan. Dan teori optimalisasi selektif melalui kompensasi menyatakan bahwa proses menjadi tua yang berhasil berkaitan dengan tiga faktor utama, yaitu (1) seleksi, (2) optimalisasi, dan (3) kompensasi.

Kepribadian pada masa usia lanjut adalah kepribadian yang penuh hati-hati dan ramah. Tingkat kehati-hatian, *ekstraversi*, dan keterbukaan terhadap pengalaman, semakin tinggi tingkat neurotisme, afeksi negatif, pesimisme, dan pandangan negatif terhadap kehidupan terkait dengan

kematian (Santrock, 2012). Orang lanjut usia memperoleh penghargaan diri dari kesuksesan di beberapa bidang yang diperoleh di masa sebelumnya, seperti pekerjaan dan keluarga, beberapa aspek dalam kehidupan mereka tetap memerlukan dukungan (Smith dalam Santrock, 2012). *Possible selves* adalah kemungkinan masa depan individu, masa depan seperti apa yang ia inginkan, dan apa yang ia takutkan (Hoppman & Smith Santrock, 2012). Penerimaan terhadap diri yang ideal dengan masa depan menurun dan penerimaan terhadap masa lalu meningkat pada orang lanjut usia (Smith dalam Santrock, 2012). Sebagian besar dari lansia masih dapat mempertahankan kendali dirinya secara efektif (Lewis Santrock, 2012).

e. Minat pada lanjut usia

Perubahan pada lansia tidak hanya terjadi pada perubahan fisik, mental, kognitif, dan psikososial, tetapi juga terjadi perubahan minat dan keinginan yang tidak dapat dihindari. Terdapat hubungan yang erat antara jumlah keinginan dan minat orang pada seluruh tingkat usia dan keberhasilan penyesuaian mereka. Minat pribadi, minat pada rekreasi, minat sosial, minat terhadap keagamaan, dan minat untuk mati (Hurlock, 2002).

Minat pribadi meliputi minat terhadap diri sendiri, penampilan, pakaian, dan uang. Pada diri sendiri, individu mungkin menjadi sangat berorientasi pada egonya (*egocentric*) dan pada dirinya (*self-centred*)

dimana mereka lebih banyak berpikir tentang dirinya daripada orang lain dan kurang memperhatikan keinginan dan kehendak orang lain. Minat terhadap penampilan terkait dengan status ekonomi dan tempat tinggal. Status ekonomi orang berusia lanjut merupakan faktor penting yang menentukan tingkat ketertarikan mereka dalam merawat dan menjaga penampilan, sedangkan tempat tinggal sangat memainkan peran dalam menentukan ketertarikan seseorang dalam merawat penampilannya.

Minat terhadap pakaian tergantung sejauh mana orang berusia lanjut terlibat dalam kegiatan sosial. Minat terhadap uang, apabila pendapatan orang usia lanjut secara drastis berkurang maka minat untuk mencari uang tidak lagi berorientasi pada apa yang ingin mereka beli dan untuk membayar simbol status yang biasa dilakukan pada awal tahun kehidupan, tetapi untuk sekedar menjaga agar mereka tetap dapat mandiri. Dengan tujuan untuk memelihara pola hidup yang mereka sukai, walaupun dengan kondisi yang lebih sederhana dibandingkan dengan kebiasaan hidupnya dimasa lalu (Hurlock, 2002).

Minat untuk rekreasi pada pria dan wanita berusia lanjut cenderung untuk tetap tertarik pada kegiatan rekreasi yang biasa dinikmati pada masa mudanya, dan mereka hanya mengubah minat tersebut apabila betul-betul diperlukan (*Geriatric Focus Artikel* dalam Hurlock, 2002). Minat sosial, kegiatan sosial yang dijalani semakin berkurang. Hal ini disebutkan juga lepas dari kegiatan masyarakat (*Sosial Disengagement*), yaitu proses

pengunduran diri secara timbal balik pada masa usia lanjut dari lingkungan sosial. *Sosial Disengagement* pada lansia juga dimanifestasikan dalam bentuk penyusutan sumber-sumber kontak sosial dan penurunan partisipasi sosial (Hurlock, 2002).

Minat dalam keagamaan, pada umumnya orang meneruskan agama atau kepercayaan dan kebiasaan yang dilakukan pada awal kehidupannya (Burck, Busse, dan Havigurst dalam Hurlock, 2002). Minat untuk mati, semakin lanjut usia seseorang, biasanya mereka menjadi semakin kurang tertarik terhadap kehidupan dan lebih mementingkan kematian dirinya. Pendapat ini, khususnya bagi orang yang kondisi fisik dan mentalnya semakin memburuk, mereka cenderung untuk berkonsentrasi pada masalah kematian dan mulai dipengaruhi oleh perasaan seperti itu (Hurlock, 2002).

Berdasarkan teori-teori karakteristik perkembangan lansia yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan:

a. Perubahan fisik:

- 1) Perubahan penampilan di daerah kepala, tubuh, dan persendian
- 2) Kulit memucat dan kurang elastis
- 3) Rambut di kepala memutih
- 4) Postur tubuh menjadi lebih pendek dari tinggi awal
- 5) Penurunan fungsi panca indera

b. Perubahan kognitif:

- 1) Menurunnya mekanisme kognitif dan pramagtis kognitif

2) Penurunan dimensi motorik dan dimensi kecepatan pemrosesan

3) Menurunnya atensi

c. Perubahan sosioemosi/psisosial:

1) Mengalami emosi negatif yang bersifat *self reporting*

2) Menerima kematian dan menyesalkan masa lalu

3) Merasa puas ketika menjalankan aktivitas

4) Tingkat neurotisme tinggi

5) Berhati-hati dalam menjalani keseharian

6) Menjadi lebih ramah

d. Perubahan minat:

1) Pada minat pribadi meliputi minat dalam diri sendiri, minat pada penampilan, minat pada pakaian, dan minat pada uang. Minat dalam diri sendiri pada lansia ditunjukkan oleh perilaku yang sangat berorientasi pada egonya (*egocentris*) dan pada dirinya (*self-centered*). Minat pada penampilan dan pakaian umumnya berhubungan dengan aktivitas sosial lansia.

2) Minat rekreasi meliputi pria dan wanita lansia cenderung untuk tetap tertarik pada kegiatan rekreasi yang biasa dinikmati pada masa mudanya, dan hanya berubah jika benar-bener diperlukan.

3) Minat keagamaan pada umumnya lansia meneruskan kepercayaan dan kebiasaan yang dilakukan sejak dahulunya.

3. Tugas Perkembangan Usia Lanjut (Lansia)

Berdasarkan tugas-tugas perkembangan lansia menurut Havighurst (Hurlock, 2002):

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan
- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya penghasilan keluarga
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang seusia
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes

Menurut Indriana (2012) tugas perkembangan lansia dalam penyesuaian diri pribadi adalah:

- a. Lansia dapat mandiri dalam segala aspek yang harus dijalaninya
- b. Lansia bisa menjaga kesehatan dan memiliki ketentraman batin
- c. Menyadari akan keadaan diri sebagai lansia dan tidak putus asa
- d. Mempunyai sikap hidup yang optimis dan suasana hati yang bahagia.
- e. Merasa senang dengan aktivitas yang dilakukan sehari-hari
- f. Menganggap hidupnya penuh arti dan menerima dengan tulus kondisi kehidupannya.
- g. mencapai cita-cita atau sebagian besar tujuan hidupnya.

Atas dua teori tugas perkembangan yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan lansia adalah:

- a. Mandiri dalam menjalani kehidupannya
- b. Menjaga kesehatan secara fisik dan psikologis
- c. Menjalin hubungan sosial dengan keluarga, teman, dan rekanan lainnya
- d. Merasa senang dengan aktivitas yang dilakukan sehari-hari
- e. Optimis dalam menjalani kehidupan dan tidak berputus asa
- f. Mencapai cita-cita dan tujuan hidupnya

D. Dinamika Perbedaan *Successful Aging* Ditinjau Dari Status Pekerjaan Pada Lansia Di Masa Pensiun

Bagi individu yang memasuki usia lanjut akan mengalami berbagai perubahan dalam kehidupan pribadi, sosial, dan emosi. *Successful aging* dapat didefinisikan dalam hal sesuai usia normal dalam fungsi fisik, kognitif, sosial, dan psikologis Tak Cheng, Chi, Fung, & Li (2015). Bagi lansia, yang diperlukan tidak hanya sekedar panjang umur, tetapi umur panjang dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial. Masa usia lanjut ini juga saatnya untuk mempertahankan kehidupan sehingga tidak menyulitkan atau membebani orang lain. Selain itu, tidak ada orang yang menghendaki umur panjang, apabila umur yang panjang itu dilalui dengan keadaan sakit (Suardiman, 2011). Oleh karena itu, perlu bagi lansia untuk mencapai *successful aging*nya.

Atchley (Papalia, Old, & Feldman, 2011) menekankan pada kebutuhan manusia untuk memelihara satu hubungan/koneksi antara masa lalu dan masa

kini. Aktivitas adalah penting tidak demi diri sendiri, tetapi lebih pada suatu tingkat, bahwa hal itu merupakan representasi gaya hidup yang berkesinambungan (Suardiman, 2011). Di semua Negara, para lansia merupakan bagian kecil dari tenaga kerja. Pria lansia berkecenderungan lebih besar untuk bekerja dibandingkan wanita. Para pria, sebagian besar dalam pekerjaan sebagai manajer, professional, teknis, atau produksi dan para wanita dalam posisi administrasi dan jasa. Kim & Moen (Papalia, Old, & Feldman, 2011) mengatakan bahwa pria berkencenderungan lebih besar pensiun dini ketimbang wanita.

Bagi banyak orang Amerika, pensiun merupakan “fenomena fase, melibatkan multitransisi keluar dari, atau memasuki, pekerjaan tak berbayar” (Kim & Moen dalam Papalia, Old, & Feldman, 2011). Sebagian pensiunan melakukan *bridge jobs*, pekerjaan paruh waktu atau penuh waktu baru yang berfungsi sebagai jembatan kepada pensiun penuh. Sebagian semi pensiun, mereka tetap melakukan apa yang mereka lakukan hanya saja dengan jam dan tanggung jawab yang telah dikurangi. Poling di Amerika terhadap 803 pria dan wanita berusia 50-75 tahun menemukan bahwa 40 persen dari mereka bekerja untuk mendapatkan gaji pada masa pensiun atau berencana untuk melakukan hal tersebut (Peter D.Hart Research Associates dalam Papalia, Old, & Feldman, 2011). J.R. Kelly (Suardiman, 2011) mengatakan banyak pensiunan yang bahagia mengikuti pekerjaan masa lalu yang telah dinikmati. Suardiman (2011), Bernice menemukan seseorang yang energik, seseorang yang pekerja keras akan terus

mengerjakan pekerjaan baru seiring dengan umurnya, sementara orang yang lebih tekun, mungkin akan lebih banyak membaca sehingga usia lanjut lebih memperoleh keuntungan dari keaktifannya daripada orang lain.

Berdasarkan National Longitudinal Survey of Older Men (Parners & Sammers dalam Santrock, 2012), ditemukan bahwa kesehatan yang baik, komitmen psikologis yang kuat untuk bekerja, dan ketidaksukaan terhadap pensiun, merupakan karakteristik-karakteristik yang paling penting yang berkaitan dengan bekerja terus hingga lanjut usia (70-an dan 80-an). Kemampuan kognitif adalah salah satu prediktor terbaik untuk performa kerja pada orang-orang lanjut usia. Para pekerja lanjut usia cenderung lebih sedikit absen, lebih memperoleh kepuasan kerja, dibandingkan dengan rekan-rekan yang lebih muda (Warr dalam Santrock, 2012). Para pekerja yang lebih tua dapat memiliki nilai yang cukup penting bagi sebuah perusahaan, melebihi kompetensi kognitif mereka. Individu yang memiliki kemampuan kognitif yang lebih tinggi cenderung terus bekerja hingga usia lanjut, dan apabila mereka terlibat dalam pekerjaan-pekerjaan yang kompleks, pekerjaan ini cenderung akan meningkatkan fungsi intelektual mereka (Santrock, 2012).

Usia lanjut yang berhasil dikatakan sebagai *successful aging*, seseorang yang tetap aktif, baik secara fisik, mental maupun sosial akan melakukan penyesuaian yang lebih baik seiring dengan bertambah usianya. Usia lanjut dapat menjaga lebih baik *self image*-nya, kepuasan yang lebih besar, dan dukungan sosial yang lebih, hasilnya pada usia lanjut yang berhasil. Seorang lansia yang

tetap aktif bekerja sejak pensiun, punya kegiatan baru, karir kedua, dan tetap bertemu dengan teman-temannya (Suardiman, 2011).

Bekerja menimbulkan rasa percaya diri, harga diri dan rasa puas, dengan bekerja para usia lanjut terhindar dari perasaan kesepian, ketergantungan dan tidak berguna. Aktivitas bekerja memungkinkan berinteraksi dengan orang lain yang menimbulkan rasa senang dan tidak kesepian. Usia lanjut yang memiliki jaringan sosial atau jaringan komunikasi yang luas dengan teman, keluarga, sanak famili akan merasa lebih puas hidupnya daripada yang kurang memiliki jaringan komunikasi atau terbatas lingkungan hidupnya (Suardiman, 2011).

Mandiri mengandung makna bahwa menjalani hajat hidup sehari-hari tidak tergantung pada orang lain. Mandiri dalam arti ekonomik, mengandung arti tidak menggantungkan hidupnya pada orang lain. Bagi usia lanjut yang masih bekerja atau mampu mendatangkan pendapatan, akan menimbulkan rasa percaya diri, harga diri dan rasa puas (Suardiman, 2011). Pada sisi lain, ada pula lansia yang tidak bekerja pada masa pensiunnya. Lansia yang tidak bekerja pada masa pensiunnya memiliki dua pilihan untuk menentukan tempat tinggal, yaitu tinggal di rumah sendiri atau tinggal bersama dengan anak dan cucunya.

Apabila lansia tinggal sendiri di rumah akan merasa bebas dan aman, tetapi tidak jarang akan merasakan *loneliness* (kesepian). Kesepian akan sangat dirasakan oleh usia lanjut yang hidup sendirian, tanpa anak, kondisi kesehatannya rendah, tingkat pendidikannya rendah, *introvert*, rasa percaya diri rendah, kondisi sosial ekonomi rendah akibat pensiun, menimbulkan perasaan

kehilangan prestise, hubungan sosial, kewibawaan dan sebagainya (Suardiman, 2011). Lansia yang bertempat tinggal di rumah anak sebenarnya mendapatkan hal yang menyenangkan, karena mendapatkan kehangatan, hidup di tengah-tengah anak cucu yang selalu didambakan, namun kebebasannya berkurang (Suardiman, 2011).

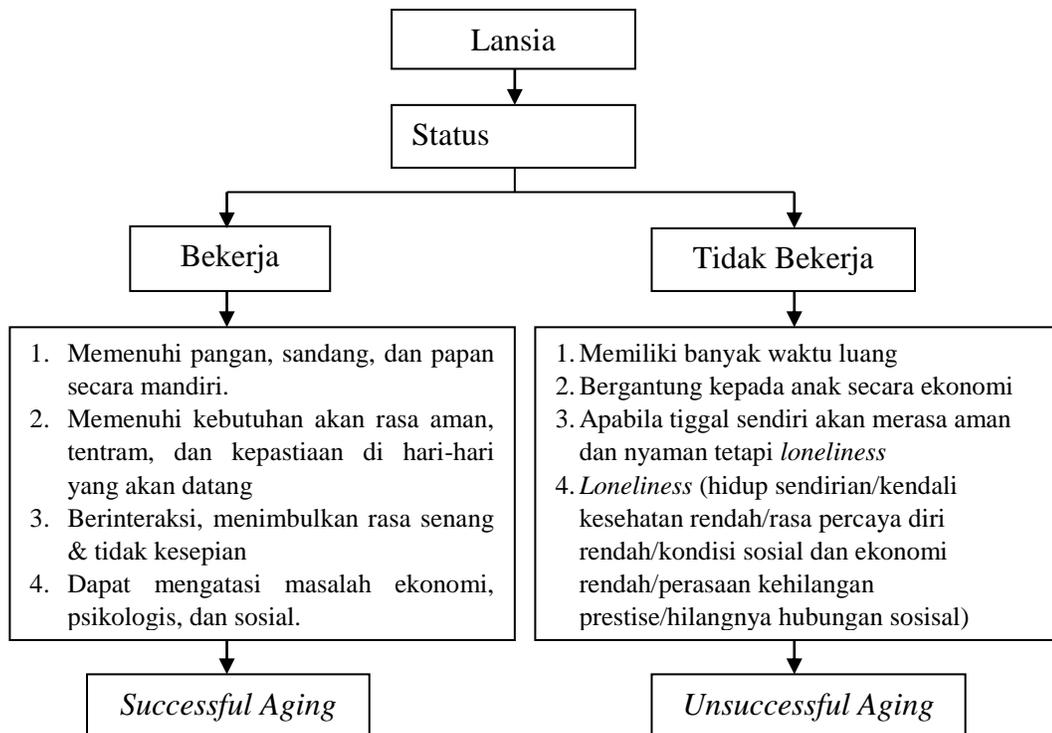
Orang-orang lanjut usia yang menunjukkan penyesuaian paling baik terhadap pensiun, adalah mereka yang sehat, memiliki keuangan yang memadai, aktif, lebih terdidik, memiliki jaringan sosial yang luas yang meliputi kawan-kawan dan keluarga, serta biasanya puas dengan kehidupannya sebelum mereka pensiun (Jokela dan kawan-kawan dalam Santrock, 2012). Orang-orang lanjut usia dengan keuangan yang tidak memadai dan memiliki kesehatan yang buruk, dan yang harus menyesuaikan diri dengan stres lain yang terjadi bersamaan dengan ketika pensiun, serta kematian pasangan, mamiliki kesulitan menyesuaikan diri terhadap pensiun (Reichstast dan kawan-kawan dalam Santrock, 2012). Ketika seseorang pensiun mereka tidak lagi memiliki lingkungan yang terstruktur seperti ketika mereka masih bekerja, sehingga mereka perlu fleksibel dan menemukan dan mengejar minat-minatnya sendiri (Santrock, 2012).

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa lansia pada masa pensiun adalah masa keluar dari pekerjaan yang berbayar. Pada kenyataannya lansia masih ada yang tetap melakukan pekerjaan yang mereka lakukan sebelumnya untuk mempertahankan kehidupannya dimana menimbulkan rasa aman dan

kepastian di hari-hari yang akan datang. Hal tersebut dilakukan agar tidak membebani orang lain. Pekerjaan yang dijalani setidaknya dapat memenuhi kebutuhan dirinya sendiri seperti ekonomi yang dapat memenuhi kebutuhan pangan, sandang dan papan. Tidak hanya sekedar ekonomi, dengan bekerja lansia dapat memenuhi kebutuhan sosialnya seperti berinteraksi dengan orang lain. Berinteraksi dengan orang lain atau berkomunikasi menghasilkan rasa senang dan tidak kesepian. Berkaitan dengan pemenuhan kebutuhannya psikologisnya dengan adanya rasa percaya diri, harga diri, dan rasa puas. Sedangkan pada lansia yang sudah pensiun dan tinggal di rumahnya sendiri ataupun rumah anaknya, cenderung merasakan *loneliness* yaitu kesepian yang berdampak kepada kondisi kesehatan, ekonomi, rasa percaya diri dan sosial yang rendah. Hal tersebut dikarenakan lansia yang tidak bekerja cenderung bergantung kepada anaknya atau keluarganya terutama dari pemenuhan ekonomi.

E. Kerangka Konseptual

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah status pekerjaan dan variabel terikat adalah *Successful Aging*. Perbedaan variabel Y ditinjau dari variabel X dalam penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 2

Skema perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia di masa pensiun

F. Hipotesis

H_1 = Terdapat perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia di masa pensiun

H_0 = Tidak terdapat perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia di masa pensiun

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai perbedaan *successful aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia di masa pensiun, didapatkan hasil bahwa:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *Successful Aging* ditinjau dari status pekerjaan pada lansia dimasa pensiun, dimana lansia yang bekerja memiliki *successful aging* lebih tinggi dibandingkan yang tidak bekerja.
2. Secara umum *successful aging* pada lansia yang bekerja tergolong tinggi dan lansia yang tidak bekerja tergolong sedang dan tinggi .

B. Saran

Berdasarkan temuan dari hasil penelitian ini peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Sarankan untuk peneliti yang ingin melakukan penelitian baik dengan variabel atau judul yang sama, agar dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *successful aging* ditinjau dari status pekerjaan. Serta juga memperhatikan kembali *aspek* subjektif dan objektif saat melakukan penelitian mengenai *successful aging*.

2. Secara Praktis

Secara umum dari hasil penelitian ditemukan adanya perbedaan *successful aging* pada lansia ditinjau dari status pekerjaan dimasa pensiun dimana lansia yang bekerja memiliki *successful aging* lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang tidak bekerja maka:

- a. Bagi Subjek, berdasarkan aspek pertama *successful aging* sudah mendapatkan skor yang tinggi maka dapat mempertahankan pola hidup yang baik untuk mencegah penyakit-penyakit yang belum diidap dan selalu mengobati penyakit yang sudah ada agar tidak semakin memperburuk keadaan misalnya menyeimbangkan makanan yang mengandung gula, garam, dan asam, pada aspek yang kedua, lansia dapat memotivasi diri dalam bekerja ataupun berkegiatan, bagi lansia yang masih produktif dapat mempertahankan kegiatan produktifitasnya dan bagi lansia yang tidak bekerja minimal memiliki kegiatan kecil-kecilan seperti merapihkan kebun ataupun bercocok tanam kecil-kecilan agar dapat mengelolah pola berpikir serta menjaga kondisi tubuh dikarenakan adanya proses gerak. Pada aspek ketiga dikarenakan memiliki skor paling kecil, untuk lansia yang bekerja dapat mempertahankan bahkan melebarkan perkenalan dengan orang lain, tidak perlu memandang usia, silahkan berkenalan dengan yang seusia ataupun yang lebih muda dan untuk lansia yang tidak bekerja dapat mengikuti kegiatan minimal majelis taklim agar dapat selalu menjalin tali silaturahmi.

- b. Bagi Keluarga, diharapkan untuk mendukung lansia dalam berkegiatan seperti bekerja agar tetap bekerja dan memiliki kegiatan yang berproduktifitas dan bagi lansia yang tidak bekerja ataupun sudah tidak mampu untuk bekerja lagi, keluarga diharapkan memberikan motivasi atau dorongan agar lansia semangat untuk mengikuti kegiatan minimal seperti majelis taklim.

DAFTAR PUSAKA

- Affandi, M. (2009). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penduduk Lanjut Usia Memilih Untuk Bekerja. *Journal of Indonesia Applied Economics*, Vol. 3 No. 2, 99-110.
- Agus, A. D. (2013). Perbedaan Succesfull Aging Pada Lansia Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Psikologi Universitas Negeri Semarang*.
- Andrews, G. J., & Phillips, D. R. (2005). *Ageing and Place - Perspective, policy, practice*. New York: Routledge.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bizuneh, G., Adino, T., Gesano, G., Guarneri, A., & Heins, F. (2001). *Work Status And Unemployment In Urban Ethiopia*. Roma: Institute for Population Research – National Research Council (Irp-Cnr).
- BPS. (2015). *Badan Pusat Statistik*. Dipetik 11 11, 2015, dari Badan Pusat Statistik (Statistics Indonesia): <http://www.bps.go.id/Subjek/view/id/6#subjekViewTab1|accordion-daftar-subjek1>
- Depp, C. A., Harmell, A., & Vahia, I. V. (2011). Successful Cognitive Aging. *Springer*, Vol 10: 35-50 DOI: 10.1007/7854_2011_158.
- García, M. D. (2011). Successful Ageing: Criteria And Predictors. *Psychology in Spain, Universidad Complutense de Madrid*, Vol. 15. No 1, 94-101.
- Hamidah, & Wrastari, A. T. (2012). Studi Eksplorasi Succesfull Aging Melalui Dukungan Sosial Bagi Lansia di Indonesia dan Malaysia. *Insan, Fakultas Psikologi Univ.Airlangga*, Vol.14 No. 02.
- Hurlock, E. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- Indriana, Y. (2012). *Gerontologi & Progeria*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ivancevich, J. M., Konopaske, R., & Matteson, M. T. (2008). *Organizational Behavior and Management*. New York: Mc Graw Hill.
- Leavitt, H. J. (2006). *Psikologi Manajemen sebuah pengantar bagi Individu, dan Kelompok di dalam Organisasi*. Amerika: Erlangga.

- Lee, A. Y. (2011). Clothing as An Environment For Older Adults Successful Aging. *International Journal of Consumer Studies Blackwell Publishing Ltd*, vol 35 (702-710) doi: 10.1111/j.1470-6431.2010.00989.x.
- Lewis, J. (2013). The future of successful aging in Alaska. *coAction*, Vol: 72: 21196.
- Mathuranath, P., George, A., Cherian, P., Mathew, R., & Sarman, P. (2005). Instrumental activities of daily living scale for. *International Psychogeriatrics*, Vol 17:3, 461–474 doi:10.1017/S1041610205001547.
- Menec, V. H. (2003). The Relation Between Everyday Activities Successful Aging: A 6-Year Longitudinal Study. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, Vol.58B, No.2, S74-S82.
- Morin, E. (2008). *Studies and Research Projects The meaning of work, mental health and organizational commitment*. West Montreal: Institut de recherche Robert-Sauve.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Pusat Bahasa. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Rowe, J.W., & Khan, R.L. (1997). Successful Aging. *The Gerontological Society of America*, Vol.307, No 4, 433-440
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.
- Stawbridge, W.J., Wallhagen, M.I., and Cohen, R.D. (2002). Successful Aging and Well-Being: Self-Rated Compared With Rowe and Khan. *The Gerontologist*, vol 42, No.6, 727-733
- Steverink, N., Veenstra, R., Oldehinkel, A. J., Gans, R. O., & Rosmalen, J. G. (2011). Is social stress in the first half of life detrimental to later physical and mental health in both men and women? *Springer*, 8:21–30, DOI 10.1007/s10433-011-0178-4.
- Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sutarto, T.J (2008). *Pensiun Bukan Akhir Segalanya*. Jakarta: Gramedia
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.

- Tak Cheng, S., Chi, I., Fung, H., & Li, L. W. (2015). *Successful Aging Asian Perspectives*. New York: Springer.
- Timmerman, A. (2014, April 15). *Investor Daily (Inspirasi Dalam Investasi)*. Diambil kembali dari Berita Satu.com: <http://www.beritasatu.com/ekonomi-karier/178051-jumlah-pekerja-lanjut-usia-di-indonesia-termasuk-tertinggi-di-asia.html>
- Troutman, M., Nies, M. A., & Mavellia, H. (2011). Perceptions of Successful Aging in Black Older Adults. *Journal Of Psychosocial Nursing*, Vol 49, No 1.
- UUD. (1998). *Undang-Undang Republik Indonesia*. Jakarta: Akbar Tandjung.
- Victor, C. (2005). *The Social Context of Ageing - A Textbook of Gerontology*. London and New York: Routledge.
- Wakasaki, A., Matsumoto, K., & Kakehashi, C. (2006). A Study on Successful Aging of Middle and Advanced Aged People with Major Focus on the Current Status of Women in their Mature Stage Living in Three Districts in Japan. *Kawasaki Journal of Medical Welfare*, Vol.12, No.1, 45-53.
- Widiasari, Y., & Nuryoto, S. (2010). Dinamika Psikologis Pencapaian Successfulaging Pada Lansia Yang Mengikuti Program Yandu Lansia. *Psycho Idea*, ISSN 1693-1076.
- Wikipedia. (t.thn.). *Wikipedia*. Dipetik 11 11, 2015, dari Wikipedia Ensklopedia Bebas: <https://id.wikipedia.org/wiki/Pensiun>
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik Dalam Penelitian dan Psikologi*. Malang: UMM Press.
- Yusuf, M. A. (2005). *Metodologi penelitian (Dasar-dasar penelitian ilmiah)*. Padang: UNP Press.
- Zacher, H. (2015). Successful Aging at Work. *Department of Psychology, University of Groningen, The Netherlands*, Vol. 1, No. 1, pp. 4–25doi:10.1093/workar/wau006.