

**PENYESUAIAN DIRI LANSIA JANDA DAN IMPLIKASINYA DALAM
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

(Studi Deskriptif di Kamang Mudiak, Kabupaten Agam)

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana
Pendidikan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

Dosen Pembimbing,

- 1. Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons**
- 2. Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd**



**Oleh,
Cia Gusnawati
1204830/2012**

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

PERSETUJUAN SKRIPSI

PENYESUAIAN DIRI LANSIA JANDA DAN IMPLIKASINYA DALAM
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
(Studi Deskriptif di Kamang Mudiak, Kabupaten Agam)

Nama : Cia Gusnawati
NIM : 1204830
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2017

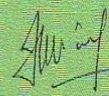
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. Afrizal Sano, M. Pd., Kons
NIP. 19600409 198503 1 005

Pembimbing II



Indah Sukmawati, S. Pd., M. Pd
NIP. 19781115 200812 2 001

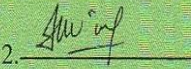
PENGESAHAN

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Jurusan
Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul : Penyesuaian Diri Lansia Janda dan Implikasinya dalam Layanan
Bimbingan dan Konseling (Studi Deskriptif di Kamang Mudiak,
Padang)
Nama : Cia Gusnawati
NIM : 1204830
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2017

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.	1. 
2. Sekretaris	: Indah Sukmawati, S. Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Dr. Yeni Karneli, M. Pd., Kons.	3. 
4. Anggota	: Dra. Zikra, M. Pd., Kons.	4. 
5. Anggota	: Ifdil, S. HI, S. Pd., M. Pd., Kons.	5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Penyesuaian Diri Lansia Janda dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling”, adalah hasil karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik.

Padang, Januari 2017
Yang membuat pernyataan



Cia Gusnawati
NIM/BP. 1204830/2012

ABSTRAK

Cia Gusnawati. 2016. “Penyesuaian Diri Lansia Janda dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling” *Skripsi*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Perubahan yang terjadi saat memasuki masa tua memerlukan penyesuaian diri yang baik, baik itu penyesuaian diri terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan. Bagi lansia janda mereka membutuhkan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan keadaan diri yang dialami, lansia yang mampu menyesuaikan diri dengan baik akan mendapatkan kehidupan yang efektif, namun lansia janda yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik akan mengalami kesulitan dalam menjalankan kehidupannya.

Penelitian ini membahas tentang penyesuaian diri lansia janda di Kamang Mudiak, Kabupaten Agam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan fisik, penyesuaian diri lansia janda terhadap hilangnya pasangan hidup dan penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah lansia janda di Kamang Mudiak, Kabupaten Agam dengan jumlah 30 orang. Instrumen yang digunakan adalah angket. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan analisis persentase.

Temuan penelitian didapatkan (1) penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan fisik secara umum berada pada kategori baik, (2) penyesuaian diri lansia janda terhadap hilangnya pasangan hidup secara umum berada pada kategori baik, dan (3) penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga secara umum berada pada kategori baik.

Implikasi dari penelitian adalah diharapkan konselor dapat mempertahankan dan lebih meningkatkan pemberian layanan khususnya dalam hal penyesuaian diri lansia janda. Dengan pemberian layanan yang tepat dan efektif, lansia janda akan mampu mempertahankan keadaan penyesuaian dirinya sekarang agar tercapai kehidupan efektif sehari-hari. Bagi lansia janda yang penyesuaian dirinya tidak bagus, konselor dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling yang berhubungan dengan permasalahan penyesuaian diri lansia janda tersebut, agar lansia janda dapat menjalani kehidupan dengan baik dan efektif.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ***“Penyesuaian Diri Lansia Janda dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling (Studi Deskriptif di kamang Mudiak, Kabupaten Agam)”***. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah untuk junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umatnya ke alam yang berilmu pengetahuan. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan dan dorongan baik material maupun moril dari berbagai pihak. Untuk itu penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., kons. selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling.
2. Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling.
3. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons selaku pembimbing I skripsi yang selalu memberi motivasi dan membimbing penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi.

4. Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd selaku dosen Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing II skripsi yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan motivasi, bimbingan, arahan, ilmu, gagasan, dan semangat dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk kesempurnaan penulisan skripsi.
5. Ibu Dra. Zikra, M.Pd., Kons. Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons dan Bapak Ifdil, S. HI, S.Pd., M. Pd., Kons selaku penimbang angket dan dosen penguji yang memberikan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
6. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan sehingga sangat membantu dalam penulisan skripsi.
7. Bapak Buralis, S.Pd dan Bapak Ramadi, selaku staf tata usaha Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah mambantu kelancaran administrasi dalam penyelesaian skripsi.
8. Pihak Wali Jorong Pakan Sinayan, Kenagarian kamang Mudiak, Kecamatan kamang Magek yang telah memberikan izin kepada penulis untuk memperoleh sejumlah informasi berharga dalam penyelesaian skripsi.
9. Kedua orangtua tercinta (Rusli dan Wilnar) yang selalu memberikan dukungan moril dan material serta kepada keluarga tercinta dan selalu mendoakan agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Rekan-rekan mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling khususnya angkatan 2012 yang senantiasa memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.

Semoga Allah SWT memberikan balasan untuk segala kebaikan hati dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dengan imbalan dan pahala yang berlipat ganda. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum kesempurnaan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun untuk perbaikan di masa yang akan datang.

Padang, November 2016

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Pertanyaan Penelitian.....	10
F. Asumsi	10
G. Tujuan Penelitian	11
H. Manfaat Penelitian	11

BAB II. KAJIAN TEORI

A. Lansia atau Usia Lanjut	13
1. Pengertian Lansia.....	13
2. Ciri-ciri Lansia	14
3. Perubahan ang Terjadi Pada Lansia	16
B. Penyesuaian diri	18
1. Pengertian Penyesuaian Diri	18
2. Karakteristik Penyesuaian Diri	20
3. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	23

C. Penyesuaian Diri Lansia	26
D. Kerangka Konseptual.....	32
E. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling.....	32
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	38
B. Subjek Penelitian	38
C. Jenis dan Sumber Data.....	39
D. Devinisi Operasional.....	39
E. Instrumen Penelitian	40
F. Pengolahan Data	42
G. Teknik Analisis Data	43
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	57
C. Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling.....	71
D. Keterbatasan Penelitian.....	76
 BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan	78
B. Saran	78
 KEPUSTAKAAN	 80

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Sifat Pernyataan dan Skor Alternatif Jawaban Kuesioner	42
2. Penyusunan Instrumen	41
3. Kategori penyesuaian Diri Lansia Janda Secara Keseluruhan.....	44
4. Penyesuaian diri Lansia Janda terhadap Perubahan Fisik.....	46
5. Penyesuaian Diri Lansia Janda terhadap Perubahan Penampilan.....	46
6. Penyesuaian Diri Lansia Janda terhadap Perubahan Fungsi Motorik.....	47
7. Penyesuaian Diri Lansia Janda terhadap Hilangnya Pasangan Hidup	48
8. Kemampuan Memahami Keadaan Diri.....	48
9. Kemampuan Menghadapi Kenyataan	50
10. Kemampuan Mengendalikan Emosi	51
11. Kemampuan Menyesuaikan Diri dengan Masyarakat	52
12. Penyesuaian Diri Lansia Janda terhadap Perubahan dalam Kehidupan Keluarga	53
13. Penyesuaian Diri Lansia Janda Terkait Hubungan dengan Anak	54
14. Penyesuaian Diri Lansia Janda Terkait Hubungan dengan Cucu	54
15. Penyesuaian Diri Lansia Janda Terkait Hubungan dengan Keluarga	55
16. Kerapitulasi Hasil Penelitian.....	56

GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Lampiran
halaman	
1. Kisi-Kisi dan Instrumen Penelitian	83
2. Surat Izin Penelitian dari jurusan Bimbingan dan Konseling	89
3. Surat Izin Penelitian dari Kecamatan kamang Magek	90
4. Surat Telah Melakukan Penelitian	91
5. Hasil Pengolahan Data	92

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepanjang rentang kehidupan, manusia mengalami perubahan dalam perkembangannya, mulai dari manusia dilahirkan hingga akhir hayatnya. Masa dewasa merupakan rentangan kehidupan manusia yang paling panjang dibandingkan dengan masa anak-anak atau remaja. Dalam rentang kehidupan sebagai orang dewasa tersebut, terdapat suatu periode kehidupan yang disebut Lanjut Usia (Lansia). Lansia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia (Maryam dkk, 2011: 32).

Menurut Elida Prayitno (2006: 69) lansia adalah orang yang telah berumur 60 tahunan atau 65 tahunan hingga saat kematian. Masa ini adalah masa untuk meninjau kembali kehidupan yang sudah dijalani dan menyesuaikan diri terhadap peran-peran sosial yang baru sesuai dengan menurunnya kekuatan dan kesehatan fisik dan psikis.

Selanjutnya Hurlock (1980: 380) mengungkapkan lansia yaitu periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Kemudian Elida Prayitno (2006: 69) menjelaskan beberapa perubahan yang terjadi pada lansia.

Perubahan fisik yang menonjol, perubahan kesehatan secara keseluruhan yaitu kurang sehat, sebagai perubahan tingkah laku yaitu menjadi pelupa, reaksi lambat terhadap rangsangan, perubahan pola tidur, gerakan motorik yang lambat, diartikan biasanya ditandai dengan adanya perubahan jasmaniah dan mental dan sebagai perubahan sosial.

Dari beberapa pendapat terdahulu dapat disimpulkan bahwa lansia adalah perkembangan yang dimulai pada usia 60 tahunan atau 65 tahunan hingga kematian dalam rentang kehidupan manusia yang ditandai dengan perubahan fungsi fisik dan psikis yang menyebabkan keterbatasan dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Seiring dengan perubahan yang terjadi, seseorang akan membentuk reaksi-reaksi tertentu untuk menghadapinya. Mekanisme tersebut dinamakan penyesuaian diri.

Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara orang dan lingkungan (Alex Sobur, 2003: 527). Selanjutnya M. Ali dan M. Asrori (2012: 175) menjelaskan penyesuaian diri ialah.

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

Penyesuaian terjadi kapan saja individu menghadapi kondisi-kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respons. Sepanjang hidupnya individu akan mengadakan perubahan perilaku, karena memang dia dihadapkan pada kenyataan dirinya maupun lingkungannya yang terus berubah. Gerungan (2009: 59-60) mengungkapkan penyesuaian diri diartikan dalam arti yang luas dan dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri. Sejalan dengan itu Enung Fatimah (2010: 194) penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan

dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar menjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya.

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

Jadi, dapat disimpulkan penyesuaian diri adalah kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara individu dan lingkungan sehingga dapat mengatasi segala macam konflik serta kesulitan yang dihadapi secara efektif.

Lansia janda membutuhkan penyesuaian diri yang baik. Penyesuaian diri yang baik akan membawa dampak yang baik pula bagi lansia janda tersebut untuk mencapai kebahagiaan hidup, tetapi sebaliknya, apabila lansia janda tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik maka akan mengalami permasalahan baru yang mengakibatkan terjadinya perubahan dalam kehidupan (Hurlock, 1999: 408).

Dalam menghadapi setiap perubahan yang terjadi, kehidupan lansia menuntut penyelesaian tugas-tugas perkembangan yang sangat kompleks. Menurut Elida Prayitno (2006: 78) ada beberapa tugas-tugas perkembangan lansia, yaitu: (1) menciptakan kepuasan dalam keluarga sebagai tempat tinggal dihari tua, (2) menyesuaikan hidup dengan penghasilan sebagai pensiunan, (3) membina kehidupan rutin yang menyenangkan, (4) mampu menghadapi

kehilangan (kematian) pasangan dengan sikap positif (menjadi janda atau duda), (5) melakukan hubungan (komunikasi) dengan anak-anak dan cucu-cucu, (6) mengembangkan minat dan perhatian terhadap orang lain di luar keluarga, dan (7) menemukan arti hidup dengan nilai moral yang tinggi.

Selain itu Hurlock (1980: 10) menyebutkan ada beberapa tugas perkembangan, yaitu: (1) menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan, (2) menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya penghasilan keluarga, (3) menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup, (4) membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia, (5) membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan, dan (6) menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.

Masalah penyesuaian diri khusus yang timbul karena pengembangan tugas semacam ini merupakan masalah yang unik bagi orang berusia lanjut, masalah umum yang sering terjadi diantaranya penyesuaian diri terhadap perubahan fisik, penyesuaian diri terhadap hilangnya pasangan hidup dan penyesuaian diri terhadap kesendirian.

Menurut Hurlock (1980: 405) berbagai masalah dalam penyesuaian pribadi pada lansia juga disebabkan oleh menurunnya kemampuan fisik. Menurunnya kekuatan fisik selama masa tua yang menyebabkan munculnya penyakit-penyakit yang dapat menghambat kegiatan dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Banyak lansia yang belajar untuk mengatasi penyakit ringan yang bersifat fisik, namun ada juga lansia yang tidak berusaha mengatasinya.

Selain penyesuaian terhadap perubahan fisik, penyesuaian lain yang harus dilakukan lansia adalah penyesuaian terhadap hilangnya pasangan hidup. Menurut Hurlock (1980: 425) penyesuaian diri yang paling utama yang harus dilakukan oleh lansia adalah penyesuaian yang harus dilakukan karena hilangnya pasangan hidup. Sejalan dengan itu Elida Prayitno (2006: 87-88) mengatakan bahwa peristiwa pada masa tua yang memerlukan penyesuaian adalah peristiwa menjadi janda atau duda atau dengan kata lain ditinggal mati oleh pasangan. Kehilangan tersebut dapat disebabkan oleh kematian ataupun perceraian, walaupun lebih banyak disebabkan oleh kematian.

Kematian pasangan tersebut menampati urutan teratas penyebab stres dalam kehidupan karena adanya perasaan kehilangan terhadap orang yang dicintai yang telah hidup bersama bertahun-tahun (Santrock, 1995: 271). Karena wanita hidup lebih lama dibandingkan pria dan berkecenderungan lebih besar untuk menjadi janda, lansia wanita lebih besar untuk hidup sendiri dibandingkan dengan lansia pria dan kecenderungan ini meningkat sejalan dengan meningkatnya usia lansia (Papalia dkk, 2008: 923).

Penyesuaian diri terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga dapat dilihat dari pola kehidupan keluarga yang mantap pada masa dewasa dini, mulai mengalami perubahan waktu memasuki usia tengah baya. Perubahan ini lebih dirasakan oleh para pensiun karena pengaruh kematian dari pasangannya, hubungan dengan anak, cucu, dan keluarga (Hurlock, 1980: 420).

Lansia janda yang tidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi dalam hidupnya mengalami berbagai persoalan pada lansia janda itu

sendiri. Pelayanan Bimbingan dan Konseling di luar sekolah (masyarakat) merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi berbagai penyesuaian diri yang dilakukan lansia janda. Menurut Bimo Walgito (2004: 4-5) mendefinisikan bahwa Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan hidupnya, agar individu dapat mencapai kesejahteraan dalam kehidupannya.

Lansia memerlukan bantuan konseling oleh tenaga ahli yang disebut konselor agar masalah penyesuaian diri yang dihadapi dapat teratasi. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004: 105) Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Berdasarkan penjelasan tersebut maka lansia janda perlu diberikan layanan bimbingan dan konseling oleh konselor agar dalam mengarahkan serta mengembangkan penyesuaian diri yang positif.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan terhadap lansia janda yang tinggal di Kamang Mudiak pada tanggal 25-26 Juni 2016 dapat disimpulkan bahwa permasalahan penyesuaian diri lansia janda akibat perubahan fisik adalah keadaan fisik lemah dan tidak berdaya sehingga harus bergantung pada orang lain, tidak mau menerima keadaan fisik dan selalu memberi obat kepada penjual obat yang berkeling, kehilangan kemampuan untuk mendengar dengan jelas, penurunan kecepatan dalam bergerak. Sedangkan permasalahan dalam

penyesuaian diri terhadap hilangnya pasangan hidup yang terjadi pada lansia janda ialah Lansia kesulitan untuk melakukan penyesuaian diri setelah kematian pasangan, lansia janda sangat larut dalam kesedihannya. Lansia janda lebih banyak melamun dan memikirkan almarhum suami dan juga sering menyendiri di rumah ketimbang bergabung dengan orang-orang yang berada di lingkungan rumahnya.

Lansia janda sering sedih, menangis jika mengingat almarhum suami dan juga tidak menyangka bahwa suaminya akan secepat itu meninggal dunia. Jika ada yang bertanya tentang almarhum suaminya maka ia akan diam dan tidak mau menjawab karena akan membuat kesedihannya semakin bertambah, ia lebih sering menyendiri setelah kematian pasangannya dan ia juga kurang memperhatikan makanan serta tidak bersemangat dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Selain itu permasalahan penyesuaian diri yang dialami lansia janda terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga adalah lansia janda mengalami kesepian karena tinggal sendiri (suami meninggal) dan anak-anaknya tinggal jauh dari rumah lansia.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan 5 lansia janda yang ada di lingkungan Kamang Mudiak. Dari hasil wawancara tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa lansia janda sulit menyesuaikan diri terhadap perubahan fisik yang di alami seperti sulitnya berjalan dengan baik, sering mengalami masalah kesehatan seperti sakit kepala yang berlebihan dan sakit dipersendian kaki yang berlebihan, sulit mengingat sesuatu dalam jangka yang panjang dengan kata lain mulai mengalami kepikunan. Terhadap hilangnya pasangan hidup lansia

janda menjadi pendiam dan mudah menangis, jika ada yang bertanya mengenai kepergian suaminya lansia janda lebih memilih untuk diam saja, sering menyendiri setelah kepergian pasangan, kurang memperhatikan pola makan dan tidak bersemangat dalam menjalani kehidupan sehari-harinya.

Masalah penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan dalam kehidupan yang dialami lansia janda berdasarkan wawancara yang dilakukan adalah merasa kesepian dan membutuhkan teman untuk bercerita, lansia janda sering melamunkan suami dan anak-anaknya, lansia janda juga lebih banyak menonton televisi daripada berjumpul dengan anak/cucu, kesendirian itu juga membuat lansia janda merasa diasingkan dari lingkungan dan menyebabkan lansia janda menjadi tidak percaya diri untuk berbaur dengan lingkungannya.

Berdasarkan fenomena yang telah dikemukakan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang ***“Penyesuaian Diri Lansia Janda dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling” (Studi Deskriptif di Kamang Mudiak, Kabupaten Agam).***

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Adanya lansia janda yang memiliki emosi tidak terkontrol sehingga membuat dewasa madya sering sedih, menangis dan melamun.
2. Adanya lansia janda yang tidak dapat menghadapi kenyataan diri bahwa pasangannya sudah meninggal.
3. Adanya lansia janda yang merasakan kesepian setelah kematian pasangan.

4. Adanya lansia janda yang mengasingkan diri dari keluarga.
5. Adanya lansia janda yang bergantung kepada orang lain dalam melakukan sesuatu dikarenakan keadaan fisik yang lemah dan tidak berdaya.
6. Adanya lansia janda yang tidak mau menerima keadaan fisik dan selalu memberi obat kepada penjual obat yang berkeling.
7. Adanya lansia janda yang kehilangan kemampuan untuk mendengarkan dengan jelas dan penurunan kecepatan dalam bergerak serta sulit berjalan dengan baik.
8. Adanya lansia janda yang mengalami masalah kesehatan seperti sakit kepala dan persendian yang berlebihan.
9. Adanya lansia janda yang mengalami kesulitan dalam mengingat dan mulai mengalami kepikunan.
10. Adanya lansia janda yang tidak bisa menerima keadaan diri menjadi janda dengan menampilkan sifat pemaarah, pemurung dan tertutup dalam kehidupan sosial.
11. Adanya lansia janda yang sering menyendiri setelah kepergian pasangan, pendiam dan mudah menangis.
12. Adanya lansia janda yang melamun karena kesepian dan berusaha mencari perhatian dari lingkungan sekitarnya.
13. Adanya lansia janda yang merasa diasingkan oleh lingkunganya dan menjadikan lansia tidak percaya diri.

C. Batasan masalah

Untuk memfokuskan penelitian agar lebih terarah serta untuk menghindari terjadinya kesimpang siuran, maka penulis lebih memfokuskan permasalahan penelitian ini adalah:

1. Penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan fisik.
2. Penyesuaian diri lansia janda terhadap hilangnya pasangan hidup.
3. Penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah diatas maka dapat disimpulkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana penyesuaian diri lansia janda di Kamang Mudiak, Kabupaten Agam”.

E. Pertanyaan Penelitian

Sesuai dengan batasan masalah dan rumusan masalah sebelumnya, maka pertanyaan penelitian yang hendak dijawab adalah:

1. Bagaimana penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan fisik?
2. Bagaimana penyesuaian diri lansia janda terhadap hilangnya pasangan hidup?
3. Bagaimana penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga?

F. Asumsi

Penelitian ini dilandasi dengan asumsi sebagai berikut:

1. Penyesuaian diri setiap individu berbeda-beda.
2. Penyesuaian diri yang baik akan menciptakan kesesuaian antara individu dengan lingkungan.

3. Penyesuaian diri secara positif akan membuat individu diterima dengan baik.

G. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Mendeskripsikan penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan fisik.
2. Mendeskripsikan penyesuaian diri lansia janda terhadap hilangnya pasangan hidup.
3. Mendeskripsikan penyesuaian diri lansia janda terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga.

H. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah khasanah wawasan ilmu pengetahuan dan mendukung kemajuan ilmu pengetahuan khususnya psikologi perkembangan tentang lansia.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Dosen/Pimpinan Jurusan Bimbingan dan Konseling

Bagi dosen/pimpinan jurusan bimbingan dan konseling, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam mempersiapkan tenaga konselor yang siap pakai dalam memberikan layanan dilingkungan yang lebih luas khususnya untuk lansia.

b. Bagi Mahasiswa

Dapat menjadikan sumber ilmu dan bahan untuk belajar sehingga menambah wawasan dalam bidang ini dan juga sebagai calon konselor akan bermanfaat sebagai sumber belajar yaitu dari aspek-aspek

penyesuaian diri terhadap perubahan fisik, hilangnya pasangan hidup dan perubahan dalam kehidupan keluarga.

c. Bagi Peneliti

Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti mengenai penyesuaian diri lansia terhadap hilangnya pasangan hidup dengan segala aspeknya dan dapat dijadikan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan perkuliahan.