



***Subjective Well-Being* Lansia di Desa Ngengor Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun**

Viky Martnaning Kusuma Aldeni, Universitas PGRI Madiun

Tyas Martika Anggriana ✉, Universitas PGRI Madiun

Beny Dwi Pratama, Universitas PGRI Madiun

✉ tyas.ma@unipma.ac.id

Abstrak: *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) adalah evaluasi individu terhadap hidupnya yang meliputi komponen kepuasan hidup, aspek positif, dan aspek negatif. *Subjective well-being* bagi lansia merupakan suatu hal yang sangat penting, karena dengan lansia memiliki penilaian kebahagiaan dan kepuasan hidup yang tinggi, maka lansia cenderung bertindak dengan baik dan puas akan kehidupan yang dijalani. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *subjective well-being* lansia yang sudah tidak memiliki pasangan hidup dilihat dari aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup serta pertumbuhan pribadi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi dengan lima subjek penelitian serta teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara. Hasil temuan dari penelitian ini diantaranya adalah: pertama, dalam penerimaan diri dua lansia memiliki penerimaan diri yang baik dan tiga lansia memiliki penerimaan diri yang kurang. Kedua, hubungan positif dengan orang lain pada lansia sangat baik. Ketiga, kemandirian lansia menunjukkan kemandirian yang baik dari tiga subjek lansia dan dua subjek lansia memiliki kemandirian yang kurang. Keempat, penguasaan lingkungan pada subjek lansia cukup baik. Kelima, subjek lansia memiliki tujuan hidup yang baik. Keenam, subjek lansia memiliki pertumbuhan pribadi yang cukup baik.

Kata kunci: *Subjective Well-Being*, Lansia



PENDAHULUAN

Manusia dalam kehidupannya pasti mengalami perkembangan dalam serangkaian periode yang berurutan. Salah satu tahap yang akan dilalui oleh individu yaitu masa lanjut usia atau sering disebut lansia. Menurut Azizah (dalam Motta dkk, 2021), Lanjut usia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60. Populasi lansia di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Presentase pertumbuhan lansia dari Kemenkes RI 2017 di Indonesia pada tahun 2017 sudah mencapai 9,03% dari keseluruhan penduduk lainnya (Setyadi, 2019). Proses menua didalam perjalanan hidup manusia merupakan suatu hal yang wajar yang akan dialami oleh semua orang yang dikaruniai umur panjang, proses ini terjadi terus-menerus dan berkelanjutan secara alamiah (Nugroho dalam Oktaviani, 2018). Pada saat lanjut usia terdapat berbagai permasalahan yang dihadapi oleh para lansia seperti terjadinya berbagai kemunduran fisik, psikologis, kognitif dan sebagainya yang tentu memerlukan penyesuaian bagi lansia untuk menjalani peran baru tersebut. Karni (2018), menyatakan bahwa dengan bertambahnya umur seseorang maka kondisi fisik maupun non fisik akan mengalami penurunan akibat dari proses alamiah.

Salah satu masalah yang harus dihadapi oleh lansia adalah kehilangan pasangan hidupnya. Menurut Afrizal (2018), permasalahan yang paling berat pada lanjut usia yaitu masalah kematian pasangan hidup karena lansia sering dihindangi rasa kesepian dan terjadi perubahan peran di antara lansia. Kehilangan pasangan ini tentunya membutuhkan suatu kesiapan dan penyesuaian diri guna menjalani kehidupan ke depannya tanpa pasangan hidup yang selama ini menemani dan bersama. Proses penyesuaian diri pada lansia yang ditinggal pasangan hidupnya akan lama apabila tidak bisa menerima keadaan yang terjadi (Solehati & Alwi, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan Irfandi (2019), dalam penelitiannya yang berjudul “Dampak Kehilangan Pasangan Hidup Terhadap Sikap Lansia”, menemukan bahwa kehilangan dapat menyebabkan suatu bentuk kesepian pada lansia dan menyebabkan individu tersebut mudah terserang penyakit, depresi, bahkan sampai bunuh diri, serta menyebabkan kematian pada seorang lansia. Lansia yang menderita kesepian lebih sering mendatangi layanan gawat darurat 61% lebih banyak dari mereka yang tidak menderita kesepian, juga mereka beresiko empat kali mengalami serangan jantung kemudian akan mengalami kematian akibat serangan jantung tersebut, dan juga beresiko meningkatkan mortalitas serta kejadian stroke dibandingkan dengan mereka yang tidak kesepian.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti temui di lapangan, bahwa kematian pasangan hidup merupakan hal yang sulit bagi lansia, dimana hal tersebut tentunya membawa pengaruh terhadap lansia yang kurang dalam penerimaan dirinya. Lansia yang mengalami kehilangan mengalami suatu kondisi dimana hal tersebut akan mengurangi kebahagiaan mereka dan akhirnya kondisi psikologis ataupun fisiknya terganggu hingga kesejahteraan mereka kurang terpenuhi seperti mengalami kesepian dan putus semangat hidup. Data observasi awal yang peneliti peroleh dari lapangan bahwa ketika salah satu pasangan hidup dari lansia meninggal dunia, maka dari situ terjadilah kematian selanjutnya dari pasangan yang ditinggalkan dimana hal tersebut terjadi dalam rentang waktu sekitar satu sampai tiga tahun pasca ditinggalkan. Pada masa lanjut usia adalah masa dimana ia ingin lebih diperhatikan oleh lingkungan disekitarnya. Kebahagiaan akan kepuasan hidup yang abadi seutuhnya ingin ia dapatkan dari orang-orang yang dicintainya dan ingin mendapatkan suatu perhatian khusus dari keseluruhan anggota keluarga terutama anak-anaknya, namun ada beberapa lansia yang tidak mendapatkan harapan sesuai dengan kenyataan. Kebahagiaan dan kepuasan hidup yang dirasakan oleh lansia sesungguhnya menjadi suatu harapan yang diimpikan oleh mereka dalam menikmati kehidupan diakhir hidupnya.

Menurut Pavot dan Diener (dalam Karni, 2018), *subjective well-being* mewakili penilaian seseorang terhadap diri mereka sendiri dan penilaian tersebut dapat berdasarkan kepada respon kognitif dan emosional. Penilaian seperti itu adalah informasi pokok dalam menentukan kualitas hidup dan kepuasan *well-being* seseorang secara keseluruhan, tetapi tidak cukup untuk menyebabkan kualitas hidup yang baik jika elemen dasar dari martabat dan kebebasan manusia tidak ada. Penelitian yang dilakukan oleh Karni (2018), menjelaskan bahwa individu dikatakan memiliki *subjective well-being* tinggi jika mengalami kepuasan hidup, sering merasakan kegembiraan dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki *subjective well-being* rendah jika tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit kegembiraan dan afeksi, serta lebih sering merasakan emosi negatif. *subjective wellbeing* sebagai penilaian secara positif dan baik terhadap kehidupan, yang mana seseorang dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi apabila ia mengalami kepuasan hidup serta jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan dan kemarahan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa kematian pada pasangan hidup menjadikan permasalahan yang memberikan perubahan terhadap motivasi hidup, penyesuaian diri, serta tingkat kebahagiaan lansia, dari hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “*Subjective Well-Being* Lansia di Desa Ngengor Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun”.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif yaitu penelitian yang berasal dari *naturalistik* yang hasil penelitiannya tidak melalui perhitungan secara statistik, tetapi dilakukan dengan kondisi yang alamiah (Sugiyono, 2019). Penelitian ini dikatakan fenomenologi karena bertujuan untuk mengetahui suatu fenomena dan konteksnya serta menangkap sedekat mungkin bagaimana fenomena tersebut dialami oleh seseorang (Smith, 2009). Penelitian fenomenologi berusaha memahami arti dari peristiwa, kejadian yang terjadi di lapangan dan kaitan-kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi tertentu dan mereka berusaha masuk kedalam dunia konseptual para subjek yang ditelitinya sedemikian rupa, sehingga mereka mengerti apa dan bagaimana suatu pengertian yang dikembangkan oleh mereka disekitar peristiwa dalam kehidupan sehari-hari. Jenis penelitian dalam penelitian ini menggunakan fenomenologi, yang diteliti adalah pengalaman seseorang melalui deskripsi dari orang yang menjadi partisipan penelitian, sehingga peneliti dapat memahami pengalaman hidup partisipan.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Observasi merupakan pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifik dan dapat dilihat. Sedangkan wawancara yaitu komunikasi antara dua pihak yang bertujuan untuk mendapatkan informasi tertentu. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *snowball sampling* dimana teknik pengumpulan data yang semula sedikit lama lama menjadi besar. Hal ini dilakukan karena dari jumlah sumber data belum mampu memberikan data yang memuaskan, maka mencari sampel lagi yang dapat digunakan sebagai sumber data (Sugiyono, 2019). dalam penelitian ini menggunakan 5 sampel yang memenuhi kriteria dimana lansia yang sudah tidak memiliki pasangan hidup.

HASIL

Pelaksanaan penelitian ini dimulai dengan mengumpulkan data mengenai topik yang diangkat oleh peneliti. Adapun hasil hasil yang diperoleh peneliti dari 5 subjek penelitian, diantaranya adalah sebagai berikut:

TABEL 1. Hasil wawancara dan observasi subjek 1

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
Subjek 1 (D)	Penerimaan diri	Subjek belum bisa menerima kondisi menerima kondisi hidup setelah di tinggal oleh istrinya.	-
	Hubungan positif dengan orang lain	Subjek mampu membangun hubungan positif dengan lingkungan. Subjek mengatakan sering mencari hiburan di luar, di sawah, dan di warung kopi.	Subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang, terlihat bahwasannya subjek mampu berbaur dengan tetangga sekitarnya.
	Kemandirian	Subjek memiliki kemandirian yang baik. Sesuai yang dikatakan subjek mampu melakukan aktivitas sehari-hari mulai dari masak, mencuci, dan membersihkan rumah.	Subjek memiliki kemandirian yang baik terlihat Ketika subjek melakukan aktivitas kesehariannya dengan sendiri.
	Penguasaan lingkungan	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Hal ini di jelaskan oleh subjek bahwa beliau adalah orang yang mampu menyelesaikan masalah dengan baik.	Subjek mamiliki penguasaan lingkungan yang baik. Hal ini terlihat dengan kesabarannya menerima keadaan.
	Tujuan hidup	Subjek memiliki tujuan hidup yang baik. Hal ini dijelaskan subjek bahwa beliau masih ingin hidup dan banyak beribadah.	-
	Pertumbuhan pribadi	Subjek D memiliki pertumbuhan pribadi yang baik. Hal ini diungkapkan bahwa beliau masih bekerja setiap harinya. Beliau mencoba untuk ikhlas denga napa yang dimilikinya.	-

Dari hasil wawancara serta observasi yang telah dilakukan peneliti kepada subjek D dapat disimpulkan bahwa pertama, subjek memiliki penerimaan diri yang kurang subjek belum mampu menerima kondisi. Kedua, subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Ketiga, memiliki kemandirian yang baik dalam menjalankan pekerjaan sehari-hari. Keempat, memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Kelima, memiliki tujuan hidup yang baik. Keenam, memiliki pertumbuhan pribadi yang baik.

TABEL 2. Hasil wawancara dan observasi subjek 2

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
Subjek 2 (P)	Penerimaan diri	Subjek belum bisa menerima kondisi menerima kondisi hidup setelah di tinggal oleh istrinya.	-
	Hubungan positif dengan orang lain	Subjek mampu membangun hubungan positif dengan lingkungan. Subjek mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar.	Subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang, terlihat bahwasannya subjek mampu berbau dengan tetangga sekitarnya.
	Kemandirian	Subjek memiliki kemandirian yang kurang. Hasil wawancara dengan subjek bahwa subjek harus di bantu dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari. Misalnya mencuci, memasak, dan membersihkan rumah.	Subjek memiliki kemandirian yang kurang. Dari hasil observasi, subjek harus dibantu dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari.
	Penguasaan lingkungan	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang kurang baik, hal ini dijelaskan subjek bahwa subjek merasa mudah emosi dan tersinggung saat mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari anaknya.	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang kurang, dikarenakan subjek adalah orang yang susah diatur dan mudah emosi.
	Tujuan hidup	Subjek memiliki tujuan hidup yang baik. Hal ini dijelaskan subjek bahwa beliau masih ingin hidup dan memiliki hubungan baik dengan anaknya.	-
	Pertumbuhan pribadi	Subjek memiliki pertumbuhan pribadi yang baik. Beliau mencoba untuk ikhlas dengan apa yang dimilikinya.	-

Dari hasil wawancara serta observasi yang telah dilakukan peneliti kepada subjek P dapat disimpulkan bahwa pertama, subjek memiliki penerimaan diri yang kurang subjek belum mampu menerima kondisi sekarang. Kedua, subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Ketiga, subjek memiliki kemandirian yang kurang dalam menjalankan pekerjaan sehari-hari. Keempat, memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Kelima, memiliki tujuan hidup yang baik. Dan keenam, memiliki pertumbuhan pribadi yang baik.

TABEL 3. Hasil wawancara dan observasi subjek 3

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
Subjek 2 (K)	Penerimaan diri	Subjek belum bisa menerima kondisi menerima kondisi hidup setelah di tinggal oleh istrinya.	-
	Hubungan positif dengan orang lain	Subjek mampu membangun hubungan positif dengan lingkungan. Subjek mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar.	Subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang, terlihat bahwasannya subjek mampu menjalin hubungan baik dengan keluarga.

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
	Kemandirian	Subjek memiliki kemandirian yang kurang. Hasil wawancara dengan subjek bahwa subjek harus di bantu dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari. Misalnya mencuci, memasak, makan dan membersihkan rumah.	Subjek memiliki kemandirian yang kurang. Dari hasil observasi, subjek harus dibantu dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari.
	Penguasaan lingkungan	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik, hal ini dijelaskan subjek bahwa subjek mampu menyelesaikan masalah Bersama keluarga	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Terlihat bahwa subjek adalah individu yang sabar dan dapat mengelola emosi dengan baik.
	Tujuan hidup	Subjek memiliki tujuan hidup yang baik. Hal ini dijelaskan subjek bahwa beliau masih ingin hidup dan sembuh dari sakit yang dideritanya.	-
	Pertumbuhan pribadi	Subjek memiliki pertumbuhan pribadi yang baik. Beliau mencoba untuk ikhlas denga apa yang dimilikinya.	-

Dari hasil wawancara serta observasi yang dilakukan peneliti terhadap subjek K dapat disimpulkan bahwa pertama, subjek memiliki penerimaan diri yang kurang subjek belum mampu menerima kondisi sekarang. Kedua, subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Ketiga, subjek memiliki kemandirian yang kurang dalam menjalankan pekerjaan sehari-hari. Keempat, memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Kelima, memiliki tujuan hidup yang baik. Dan keenam, memiliki pertumbuhan pribadi yang baik.

TABEL 4. Hasil wawancara dan observasi subjek 4

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
Subjek 2 (L)	Penerimaan diri	Subjek mampu menerima situasi dan kondisi yang ada sekarang. Menurut subjek Iklas adalah kunci utama dalam hidup.	-
	Hubungan positif dengan orang lain	Subjek mampu membangun hubungan positif dengan lingkungan. Subjek mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar.	Subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang, terlihat bahwasannya subjek mampu menjalin hubungan baik dengan lingkungan.
	Kemandirian	Subjek memiliki kemandirian yang baik, subjek mampu melakukan aktivitas setiap hari dengan sendiri.	Subjek memiliki kemandirian yang baik. Terlihat bahwa subjek masih bekerja di usianya yang sudah tua.
	Penguasaan lingkungan	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik, hal ini dijelaskan subjek adalah orang yang tidak suka punya musuh. mudah memaafkan bila ada orang yang berbuat salah.	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Terlihat bahwa subjek adalah individu yang ramah dengan lingkungan sekitar.
	Tujuan hidup	Subjek memiliki tujuan hidup yang baik. Hal ini dijelaskan subjek bahwa beliau masih ingin hidup cukup, sehat dan bahagia	-

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
	Pertumbuhan pribadi	Subjek memiliki pertumbuhan pribadi yang baik. Beliau mencoba untuk ikhlas dengan apa yang dimilikinya.	-

Dari hasil wawancara serta observasi yang telah dilakukan peneliti kepada subjek L dapat disimpulkan bahwa pertama, subjek memiliki penerimaan diri yang baik, mampu menerima situasi dan kondisi saat ini. Kedua, subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Ketiga, subjek memiliki kemandirian yang baik dalam menjalankan pekerjaan sehari-hari. Keempat, memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Kelima, memiliki tujuan hidup yang baik. Dan keenam, memiliki pertumbuhan pribadi yang baik.

TABEL 5. Hasil wawancara dan observasi subjek 5

Nama	Aspek	Hasil Wawancara	Hasil Observasi
Subjek 1 (S)	Penerimaan diri	Subjek memiliki penerimaan diri yang baik. Subjek mampu menerima keadaan yang ada dalam hidupnya	-
	Hubungan positif dengan orang lain	Subjek mampu membangun hubungan positif dengan lingkungan. Subjek sering mengikuti kegiatan di desa seperti yasinan, senam lansia dan posyandu lansia.	Subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang, terlihat bahwasannya subjek mampu berbaur dengan tetangga sekitarnya.
	Kemandirian	Subjek memiliki kemandirian yang baik. Sesuai yang dikatakan subjek mampu melakukan aktivitas sehari-hari mulai dari masak, mencuci, dan membersihkan rumah.	Subjek memiliki kemandirian yang baik terlihat Ketika subjek melakukan aktivitas kesehariannya dengan sendiri.
	Penguasaan lingkungan	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Hal ini dijelaskan oleh subjek bahwa individu yang baik adalah mampu menerima orang lain.	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Hal ini terlihat dengan komunikasi yang baik dengan orang lain.
	Tujuan hidup	Subjek memiliki tujuan hidup yang baik. Hal ini dijelaskan subjek bahwa beliau memiliki keinginan yang tinggi dalam hidupnya, banyak beribadah.	-
	Pertumbuhan pribadi	Subjek memiliki pertumbuhan pribadi yang baik. Hal ini diungkapkan bahwa beliau menjalankan kehidupannya sesuai apa yang ada. Berusaha untuk memenuhi kebutuhan meskipun sudah tidak memiliki pasangan hidup.	-

Dari hasil wawancara serta observasi yang telah dilakukan peneliti kepada subjek S dapat disimpulkan bahwa pertama, subjek memiliki penerimaan diri yang baik, mampu menerima situasi dan kondisi saat ini. Kedua, subjek mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Ketiga, subjek memiliki kemandirian yang baik dalam menjalankan pekerjaan sehari-hari. Keempat, memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Kelima, memiliki tujuan hidup yang baik. Dan keenam, memiliki pertumbuhan pribadi yang baik.

PEMBAHASAN

1. Penerimaan diri

Penerimaan diri adalah suatu tingkatan kesadaran individu tentang karakteristik pribadinya dan adanya kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut (Hurlock dalam Permatasari & Gamayanti, 2016). Hasil wawancara yang dilakukan dengan subjek mengenai penerimaan diri lansia yang sudah tidak mempunyai pasangan yaitu dua subjek memiliki penerimaan yang baik, yaitu mampu menerima situasi dan kondisi yang dijalaninya saat ini. Sedangkan tiga lansia diantaranya memiliki penerimaan diri yang kurang. Penerimaan diri menjadi factor utama subjek dalam menjalankan kehidupannya, menerima kondisi dan melupakan apa yang terjadi merupakan proses dari penerimaan diri. menyadari kelemahan dan kelebihan pada diri juga termasuk dalam penerimaan diri. Penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya oleh Sirbini (2021), mengatakan bahwa lansia dapat mewujudkan penerimaan diri sendiri apabila tidak menolak diri, menyadari akan kekurangan, memiliki keyakinan untuk mencintai diri sendiri dimana seorang tidak harus dicintai oleh orang lainserta dihargai oleh orang lain.

2. Hubungan positif dengan orang lain

Kehidupan yang berhasil adalah suatu kehidupan yang mana individu didalamnya mampu berinteraksi, mampu bersosialisasi, serta menjalin komunikasi yang baik dengan individu lainnya. Hubungan yang positif dengan orang lain berarti suatu hubungan antar individu yang mana didalamnya terdapat satu atau lebih ciri ciri, antara lain adanya bantuan atau pertolongan dalam bentuk fisik, perhatian emosional, pemberian informasi atau pujian (Karni, 2018). Sesuai dengan hasil observasi dan wawancara dengan subjek, bahwasannya subjek lansia memiliki hubungan yang positif dengan orang lain. Subjek lansia mampu berinteraksi dan berkomunikasi dengan individu lainnya, subjek lansia juga memiliki kemampuan untuk saling menolong dan melakukan sebuah kegiatan dengan Bersama. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya dari Uraningsari (2016), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa lansia lebih memerlukan keberadaan orang lain untuk mengakui keberadaannya, lansia lebih memerlukan teman diusianya yang lanjut ini, mereka akan tersiksa atau tidak bahagia jika tidak ada orang yang memperdulikan keberadaan lansia.

3. Kemandirian

Hal utama dalam suatu kehidupan adalah dapat melakukan kegiatan secara mandiri serta tidak tergantung kepada orang lain. Suatu kemandirian individu berupa sebuah tindakan yang dapat dilihat, mulai dari beberapa aktivitas pokok sehari-hari. Kemandirian merupakan sikap individu yang belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi dalam lingkungan sekitarnya (Haryati dkk, 2022). Sesuai dengan hasil observasi serta wawancara yang telah dilakukan bahwasannya subjek lansia memiliki kemandirian yang baik dari tiga subjek lansia dan tiga subjek lansia memiliki kemandirian yang kurang. Hal ini ditunjukkan melalui beberapa kegiatan yang harus memerlukan bantuan dari orang lain. Terutama subjek lansia laki-laki memerlukan bantuan untuk pemenuhan kebutuhan seperti memasak, makan, serta membersihkan rumah. Penelitian Ini juga diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya oleh (Rohaedi, dkk 2016), menunjukkan bahwa tingkat kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan di panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi diperoleh bahwa sebagian besar lansia sebanyak 15 orang (72%) memiliki tingkat kemandirian dengan ketergantungan sebagian.

4. Penguasaan lingkungan

Dalam sebuah kehidupan sangat diperlukan sebuah kemampuan dimana mampu mengelola lingkungan secara efektif, mampu memanfaatkan kesempatan secara positif serta mampu menghadapi dan mengatasi masalah dalam hidup secara baik (Kasturi, 2023). Factor utama dalam sebuah penguasaan lingkungan adalah mampu mengendalikan diri terhadap situasi sehari-hari. Sesuai dengan hasil wawancara serta observasi yang telah dilakukan bahwa lansia di Ngengor Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun memiliki kemampuan penguasaan lingkungan yang cukup baik. Hal ini ditunjukkan melalui cara lansia menghadapi serta menyelesaikan masalah dengan baik, sikap positif seperti sabar dan tidak tergolong individu yang memiliki sifat emosional tinggi adalah individu yang mampu dalam penguasaan lingkungan. Hal ini juga selaras dengan penelitian sebelumnya oleh Asri (2020), ditarik kesimpulan bahwa interaksi lansia dengan keluarga sangat baik, hal ini dapat dilihat dari kesejahteraan keluarga, seperti diketahui bahwa lansia dalam keluarga masih menjalankan perannya sebagai orang tua.

5. Tujuan hidup

Individu pada masa lansia mengalami beberapa perubahan terkait dengan perubahan yang terjadi dalam beberapa aspek salah satunya adalah tujuan hidup. Tujuan hidup memberikan pemahaman yang jelas tentang cita-cita dan arti hidup setiap orang (Kasturi, 2023). Evaluasi yang baik akan didapatkan jika seorang lansia memiliki makna hidup yang baik. Memiliki makna hidup yang baik di periode akhir kehidupan adalah suatu hal yang penting dan berharga. Pada dasarnya lansia sangat membutuhkan dukungan social yang baik dalam menghadapi masa puncak kehidupan yang memiliki banyak

perubahan. Sesuai dengan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan dengan subjek lansia bahwa kebahagiaan merupakan tujuan hidup yang sangat penting dalam kehidupan. Selain itu hidup sehat serta tercukupi juga merupakan sebuah keinginan yang sangat besar bagi lansia. Dapat di simpulkan bahwasannya lansia di Desa Ngengor Kecamatan Pilangkenceng Kabupaten Madiun masih memiliki tujuan hidup yang sangat tinggi. Hal ini juga selaras dengan hasil penelitian dari Ardhani dkk, (2020), dengan judul “Kebermaknaan Hidup pada Lansia Di Panti Wreda”. dimana dapat disimpulkan bahwasannya lansia yang tinggal di panti Wreda memiliki kebermaknaan hidup yang baik walaupun mereka tidak tinggal dengan keluarga. Perlakuan positif dan kehadiran pengurus panti menjadi pendukung bagi terbentuknya kebermaknaan hidup yang baik bagi lansia yang tinggal di panti Wreda.

6. Pertumbuhan pribadi

Pribadi yang mampu berfungsi sepenuhnya adalah pribadi yang mempunyai *locus of control* sebagai alat evaluasi dimana seseorang tidak melihat orang lain untuk mendapatkan persetujuan, tetapi mengevaluasi diri dengan menggunakan standart pribadinya. Individu memahami kelemahan-kelemahan dan kekuatan diri, karenanya individu terbuka dengan pemikiran-pemikiran baru sehingga memperkaya khazanah pemikiran dan pengetahuannya. Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi yang baik akan memiliki kepercayaan diri untuk terus berkembang, melihat potensi diri secara lebih jelas, dan merasa yakin dengan potensi yang dimiliki dapat menjawab tantangan di masa depan serta tidak membandingkan dengan orang lain (Kasturi, 2023). Sesuai hasil waancara yang telah dilakukan bahwa lansia di Desa Ngengor Kecamatan Pilangkenceng, Kabupaten Madiun mempunyai tingkat pertumbuhan pribadi yang baik, hal ini ditunjukkan melalui sikap paham akan cobaan hidup, sikap ikhlas menerima situasi maupun kondisi serta mampu mengevaluasi diri tanpa membandingkan dengan kondisi orang lain. Penelitian ini juga berangkat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Karni (2018), dengan judul penelitian “*Subjective Well-Being* Pada Lansia” berpendapat bahwa proses dan perubahan dalam mencapai pertumbuhan diri sangat bervariasi tergantung kebutuhannya, nilai-nilai yang dianut, serta perkembangan di masa lampau. Kondisi yang membawa pengaruh besar bagi pertumbuhan diri yaitu perubahan fisik, lingkungan, serta peristiwa dalam hidup.

SIMPULAN

Subjective well-being lima subjek lansia dengan status sudah tidak memiliki pasangan hidup, dimana terdiri dari tiga lansia laki-laki dan lansia perempuan yaitu: pertama, dalam penerimaan diri dua lansia memiliki penerimaan diri yang baik dan tiga lansia memiliki penerimaan diri yang kurang. Kedua, hubungan positif dengan orang lain pada lansia sangat baik. Ketiga, kemandirian lansia menunjukkan kemandirian yang baik dari tiga subjek lansia dan dua subjek lansia memiliki kemandirian yang kurang. Keempat, penguasaan lingkungan pada subjek lansia cukup baik. Kelima, subjek lansia memiliki tujuan hidup yang baik. Keenam, subjek lansia memiliki pertumbuhan pribadi yang cukup baik. Berdasarkan temuan dari penelitian ini, kelebihan dari penelitian ini adalah peneliti dapat mengetahui kesejahteraan dan kebahagiaan lansia yang sudah tidak memiliki pasangan hidup dalam menjalankan kehidupannya sehari-hari, dan peneliti juga mampu mengetahui apa saja permasalahan kehidupan lansia yang dialami. Penelitian ini masih belum sempurna dalam segi kajian karena terkendala literatur yang masih terbatas. Harapan penulis untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti mengenai solusi atau penanganan dari permasalahan kesejahteraan bagi lansia. Serta artikel ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. (2018). Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Journal Bimbingan Dan Konseling, Vol.2 No 2*.
- Ardhani, A. N., & Kurniawan, Y. (2020). Kebermaknaan Hidup pada Lansia Di Panti Wreda. In *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga* (Vol. 8).
- Asniti Karni. (2018). SUBJECTIVE WELL-BEING PADA LANSIA Asniti Karni *. *Syi'ar, 18*(2), 84–102.
- Asri. (2020). *Faktor Lingkungan Sosial dan Partisipasi Terhadap Pencapaian Kesejahteraan Lansia*.
- Haryati, O., Banon, E., & Rahmawati Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III, I. (2022). *FAKTOR FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KEMANDIRIAN LANSIA DALAM PEMENUHAN ADL (ACTIVITY DAILY LIVING)*.
- Irfandi. (2019). *Dampak Kehilangan Pasangan Hidup Terhadap Sikap Lansia (Studi Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi) [Skripsi]*.
- Kasturi, T. dan M. Y. (2023). *Psikologi Kebahagiaan* (A. Matulesy, Ed.; pertama). Media Kreasi.
- Oktaviani, R. F. (2018). Resiliensi Pada Lansia Laki-Laki yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya. *Skripsi Terpublikasi*.
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). *Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) Pada*. www.depkes.go.id,

- Rodrigo Garcia Motta, Angélica Link, Viviane Aparecida Bussolaro, G. de N. J., Palmeira, G., Riet-Correa, F., Moojen, V., Roehe, P. M., Weiblen, R., Batista, J. S., Bezerra, F. S. B., Lira, R. A., Carvalho, J. R. G., Neto, A. M. R., Petri, A. A., Teixeira, M. M. G., Molossi, F. A., de Cecco, B. S., Henker, L. C., Vargas, T. P., Lorenzetti, M. P., Bianchi, M. V., ... Alfieri, A. A. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Pesquisa Veterinaria Brasileira*, 26(2), 173–180. <http://www.ufrgs.br/actavet/31-1/artigo552.pdf>
- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Kharimah, A. D. (2016). TINGKAT KEMANDIRIAN LANSIA DALAM ACTIVITIES DAILY LIVINGDI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA SENJA RAWI. *JURNAL PENDIDIKAN KEPERAWATAN INDONESIA*, 2(1), 16. <https://doi.org/10.17509/jpki.v2i1.2848>
- Setyadi, C. D. (2019). *Subjective Well-Being Lansia yang Tinggal di Griya PMI Surakarta*.
- Sirbini. (2021). *PENERIMAAN DIRI LANJUT USIA (LANSIA) TANPA KELUARGA*.
- Smith, J. (2009). *Psikologi Kualitatif Panduan Praktis Metode Riset*. Pustaka Pelajar.
- Solehati, N., & Alwi, M. M. (2021). RESILITENSI PADA LANJUT USIA PEREMPUAN YANG DIHINGGAL MATI PASANGAN HIDUPNYA DI DESA MARGOMULYO KECAMATAN GLENMORE BANYUWANGI. *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 1(1). <https://doi.org/10.35719/sociocouns.vlix.xx>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kuantitatif dan RND (Ke 2)*. Alfabeta.
- Uraningsari, F. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Usia Lanjut. *Jurnal Psikologi Indonesia*.