

Studi Eksplorasi *Successful Aging* melalui Dukungan Sosial bagi Lansia di Indonesia dan Malaysia

Hamidah

Aryani Tri Wrastari

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

Abstract.

This research is intended to study the psychological needs of the elderly people on successful aging and social support. This study is an exploratory research, therefore the descriptive analysis method was used. The subjects of this study were 200 elderly people; 100 elderly people from Surabaya, Indonesia and 100 elderly people of Selangor, Malaysia. The research data were collected using a scale of Successful Aging and Social Support, forms and sources of social support and the efforts to achieve a successful aging. The results showed that elderly people in Indonesia reached successful aging, while in Malaysia, most of the elderly (97%) reached successful aging, but the rest 3% subjects feel they had no successful aging. Subjects from Indonesia had medium to high category of successful aging and social support. The average, successful aging and social support of elderly in Malaysia is higher than in Indonesia. In addition, the forms of social support needed by the elderly in Indonesia and Malaysia are the support of information such as health information, education, entertainment, and social activity. The second forms of social support needed by the elderly in Indonesia and Malaysia are support, encouragement, moral and spiritual support. Sources of social support for elderly in Indonesia are from family, friends, community, and professional. Meanwhile, the necessary supports for elderly in Malaysia come from family, neighbors, friends and professionals. Efforts required in order to get successful aging for elderly in Indonesia are doing activities, formed friendships, and also worship. On the other hand, for elderly in Malaysia are through worship, formed friendship and also doing activities. Forms of activity that can provide successful aging for elderly in Indonesia are raising children, making family happy and helping others. While the activities that can provide successful aging for elderly in Malaysia are caring for others, worship, and helping those who need help.

Keywords: *Elderly people, successful aging, social support*

Abstrak.

Penelitian ini akan mengkaji tentang dampak kebutuhan psikologis lansia dalam bentuk successful aging dan dukungan sosial. Kajian ini bersifat eksploratif, oleh karena itu metode yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif dan analisis perbedaan untuk mengetahui pengaruh sebuah intervensi terhadap successful aging dan dukungan sosial. Subyek kajian ini adalah lansia sebanyak 200 orang, 100 orang lansia dari Surabaya Indonesia dan 100 orang lansia dari Selangor Malaysia. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala successful aging dan dukungan sosial, bentuk dan sumber dukungan sosial serta usaha yang dilakukan untuk mencapai successful aging. Data kajian dianalisis secara deskriptif dan analisis t-tes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia Indonesia mempunyai successful aging, sedangkan lansia Malaysia sebagian besar (97%) mempunyai successful aging, dan terdapat 3% subyek merasa tidak memiliki successful aging.

Korespondensi: Hamidah. Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Jalan Dharmawangsa Dalam Selatan Surabaya 60286, Telp. (031) 5032770, (031) 5014460, Fax (031) 5025910. Email: hamidah_dra@yahoo.com

Subyek penelitian dari Indonesia memiliki successful aging dan dukungan sosial dalam kategori sedang dan tinggi, namun berdasarkan rata-ratanya, successful aging dan dukungan sosial lansia Malaysia lebih tinggi dari pada lansia Indonesia. Selain itu bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia Indonesia dan Malaysia adalah dukungan informasi, baik informasi kesehatan, pendidikan, hiburan, dan juga informasi kegiatan sosial. Bentuk dukungan sosial yang kedua diperlukan oleh lansia Indonesia dan Malaysia adalah dukungan semangat, dorongan, bantuan moril dan juga spiritual. Sumber dukungan sosial bagi lansia Indonesia adalah dari keluarga, sahabat, masyarakat, dan profesional. Sedangkan bagi lansia di Malaysia dukungan yang diperlukan bersumber dari keluarga, tetangga, sahabat dan profesional. Usaha yang diperlukan untuk mendapatkan successful aging bagi lansia di Indonesia adalah dengan beraktivitas, bersilaturahmi, dan juga beribadah. Sedangkan bagi lansia Malaysia adalah dengan beribadah, bersilaturahmi dan juga beraktivitas. Bentuk kegiatan yang dapat memberikan successful aging bagi lansia di Indonesia adalah dengan membesarkan anak, membahagiakan keluarga, dan membantu orang lain. Sedangkan kegiatan yang dapat memberikan successful aging bagi lansia di Malaysia adalah dengan memberikan kepedulian terhadap orang lain, beribadah, dan membantu orang yang memerlukan bantuan.

Kata Kunci: *Lansia, successful aging, dukungan sosial*

Indonesia dan Malaysia adalah dua negara yang memiliki karakteristik dan budaya yang hampir sama, berasal dari keturunan suku bangsa yang sama dan karakteristik negara dan tingkahlaku masyarakatnya juga sama. Mayoritas masyarakat kedua negara ini beragama Islam, dan berasal dari rumpun yang sama yaitu Melayu. Awal perkembangan dan kemajuan negara, pada tahun 1980-an hingga 1990-an, warga negara Malaysia banyak belajar ke Indonesia, mengingat pendidikan di Indonesia relatif lebih baik pada masa itu. Seiring dengan kemajuan dan perkembangan dalam berbagai sektor, Malaysia menjadi negara yang lebih berkembang, dengan jumlah penduduk lebih sedikit, dengan kekayaan dan fasilitas yang lebih menjanjikan kemakmuran dan kesejahteraan bila dibandingkan dengan Indonesia. Sehingga secara sosial, edukatif maupun finansial kondisi Malaysia relatif lebih baik dari Indonesia. Kondisi ini tentu saja berpengaruh terhadap kebijakan, kemudahan, fasilitas, gaya hidup, daya juang dan usaha yang dilakukan oleh bangsanya, baik pada usia anak-anak sehingga usia lanjut. Keadaan ini jelas membawa perbedaan pola perilaku, kebiasaan, kesehatan, kesejahteraan, daya saing dan daya juang serta nilai-nilai dan gaya hidup antara bangsa Indonesia dan Malaysia.

Perbedaan kesehatan dan kesejahteraan juga mempunyai dampak terhadap angka harapan

hidup. Angka harapan hidup di Indonesia, Malaysiadan di dunia semakin lama semakin meningkat, sehingga jumlah penduduk yang tergolong lansia di Indonesia, Malaysia dan Dunia secara keseluruhan juga bertambah banyak. Kebiasaan hidup, pola hidup, gaya hidup dan pola makan yang semakin membaik akan membantu meningkatkan kesehatan seseorang. Membaiknya kesehatan seseorang dapat membantu meningkatkan usia harapan hidup. Dengan panjangnya usia maka semakin banyak orang yang ingin memiliki manfaat dan mencapai kesuksesan dalam hidupnya atau *successful aging* diusianya yang tergolong senja. Untuk mencapai *successful aging* diperlukan berbagai usaha dari individu, keluarga, lingkungan dan masyarakat serta adanya dukungan sosial dari keluarga, lingkungan serta pemerintah. Belum banyak kajian yang menggambarkan dan menjelaskan bagaimana usaha yang dilakukan oleh lansia baik di Indonesia maupun dari berbagai negara untuk mencapai *successful aging*.

Pengertian Lansia

Lansia merupakan periode akhir dari sebuah rentang kehidupan manusia. Usia yang dapat digolongkan sebagai lansia dalam rentang kehidupan adalah antara 60-65 tahun keatas. Batasan usia ini masih relatif berbeda diantara para ahli. Ada yang menggolongkan usia pensiun

adalah usia lansia, tetapi ada juga lansia adalah usia setelah pensiun. Namun menurut ahli psikologi perkembangan Neugarten (1969) menyebutkan bahwa usia lansia adalah usia 65 tahun, sedangkan Santrock (1995) menyatakan bahwa usia lansia adalah usia 60 tahun ketika kehidupan seseorang memasuki masa dewasa akhir. Berapapun usia lansia mungkin bukan suatu hal penting yang perlu diperbincangkan. Namun justru efek dari usia dan keadaan tersebutlah yang memiliki peran penting dalam kehidupan seseorang. Sehingga setiap orang masih tetap merasakan kebahagiaan dimasa hidupnya. Pada usia ini seseorang banyak mengalami perubahan secara fisik, sosial, kognitif serta fungsi psikologis, selain itu juga terjadi pergeseran berbagai gaya dan pola dalam kehidupan. Dengan adanya perubahan fisik, kognitif dan peran secara sosial, tentu saja akan diikuti oleh perubahan psikologis pada individu. Perubahan dalam berbagai bidang ini tentu saja menuntut penyesuaian, baik penyesuaian fisik, sosial finansial, maupun psikologis. Apabila perubahan ini tidak diikuti oleh penyesuaian yang tepat, maka perubahan ini menimbulkan masalah tersendiri baik bagi individu maupun bagi keluarga ataupun lingkungan, sehingga membutuhkan perubahan kebijakan bagi pemerintah untuk dapat memfasilitasi kebutuhan lansia secara lebih baik dan lebih manusiawi.

Pengertian *Successful Aging*

Winn (2003) seorang terapis bahasa profesional mendefinisikan *successful aging* adalah menggambarkan seseorang yang merasakan kondisinya terbebas dari penurunan kesehatan fisik, kognitif, dan sosial. Namun mereka tetap memperhatikan faktor-faktor penentu *successful aging* yang tidak terkontrol yang dapat mempengaruhi *successful aging* secara signifikan. Sementara ahli lain Hei Chuan Shu; Ming-Cheng Chan (2002) mengatakan bahwa *successful aging* didefinisikan sebagai suatu kondisi yang lengkap atau sempurna secara fisik, mental dan *social well-being*. Lebih spesifik dikatakan bahwa *successful aging* meliputi empat bidang kesehatan dan indikator sosial, yaitu fungsi fisik, fungsi kognitif, fungsi kepribadian yang melankolia, dan adanya dukungan sosial dari

keluarga dan lingkungan. Dorris (2003) mengatakan bahwa *successful aging* adalah kondisi yang tidak ada penyakit, artinya sehat secara fisik, aman secara finansial, 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. Secara lebih mendasar dapat dikatakan bahwa *successful aging* adalah kondisi yang seimbang antara aspek lingkungan, emosi, spiritual, sosial, fisik, psikologis dan budaya.

Faktor Penentu *Successful Aging*

Successful aging bukanlah suatu kondisi yang terbentuk begitu saja, namun kondisi *successful aging* adalah kondisi yang sengaja diciptakan dan dibentuk oleh seseorang sesuai dengan yang diperlukan. Oleh sebab itu keberadaan *successful aging* ditentukan atau dipengaruhi oleh berbagai faktor atau aspek. Berbagai aspek yang ikut memberikan kontribusi serta menentukan mampu tidaknya seseorang memperoleh atau mendapatkan kondisi yang dirasakan sebagai *successful aging* adalah faktor-faktor yang terkait dengan individu dan lingkungannya. *Successful aging* merupakan kondisi yang sangat subjektif dan relatif subyektif bagi seseorang. Artinya kondisi ini dapat dirasakan oleh seseorang dengan cara dan kadar yang berbeda-beda, sehingga kondisi yang hampir sama bagi setiap orang yang disebut sebagai *successful aging* adalah terbebas dari penyakit.

Pengertian Dukungan Sosial

Berbagai bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh setiap orang. Setiap orang pasti memerlukan dukungan sosial dari orang lain untuk memperoleh suatu kebahagiaan dan kebermaknaan serta kesejahteraan dalam hidupnya. Terdapat banyak definisi tentang dukungan sosial, Sheridan dan Radmacher mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya yang disediakan lewat interaksinya dengan orang lain. Sedangkan Siegel mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan informasi dari orang lain yang menyatakan bahwa ia dicintai dan diperhatikan,

memiliki harga diri dan dihargai, serta merupakan bagian jaringan komunikasi dan kewajibannya. Menurut Ganster, dkk (1986) sumber-sumber dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, rekan sekerja, dan atasan. Dukungan sosial diartikan sebagai kesenangan, bantuan, yang diterima seseorang melalui hubungan formal dan informal dengan yang lain atau kelompok (Gibson, 1996). House (dalam Smet, 1994) membedakan empat macam dukungan sosial, yaitu: (i) Dukungan emosional. Individu membutuhkan empati dari orang lain; (ii) Dukungan penghargaan. Individu membutuhkan penghargaan yang positif, penilaian atas usaha-usaha yang dilakukan, dan peran sosial yang terdiri atas umpan balik; (iii) Dukungan informatif. Individu membutuhkan nasehat, pengarahan, saran-saran untuk mengatasi masalah pribadi maupun masalah pekerjaan; (iv) Dukungan instrumental. Individu membutuhkan bantuan berupa benda, peralatan atau sarana guna menunjang kelancaran kerja.

Sumber Dukungan Sosial

Berdasarkan definisi diatas dapatlah dilihat bahwa sumber dari dukungan sosial yang diperoleh seseorang untuk membantu memberikan kekuatan fisik maupun nonfisik adalah berasal dari orang lain yang memiliki hubungan dekat dengan seseorang. Sebagaimana dikatakan oleh Lubis (2003) bahwa sumber dukungan sosial adalah orang lain yang akan berinteraksi dengan individu sehingga individu tersebut dapat merasakan kenyamanan secara fisik dan psikologis. Orang lain ini terdiri dari pasangan hidup, orang tua, saudara, anak, teman, rekan kerja, staf medis, atau anggota dalam kelompok masyarakat serta bawahan atau atasan dimana individu bekerja.

Bentuk Dukungan Sosial

Sheridan dan Radmacher (1992), Sarafino (1998), serta Taylor (1999) membagi bentuk dukungan sosial ke dalam lima bentuk, yaitu:

1. *Dukungan instrumental (tangible assistance)*
Penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan.

2. *Dukungan informasional*

Dukungan ini melibatkan pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu. Jenis informasi ini seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.

3. *Dukungan Emosional*

Bentuk dukungan ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakni diperdulikan dan dicintai oleh sumber dukungan sosial, sehingga individu dapat menghadapi masalah dengan lebih baik.

4. *Dukungan pada harga diri*

Bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain.

5. *Dukungan dari kelompok sosial*

Bentuk dukungan ini akan membuat individu akan merasa menjadi anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengannya.

METODE PENELITIAN

Tipe Penelitian

Penelitian tentang eksplorasi *successful aging* dan dukungan sosial lansia Indonesia dan Malaysia ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Kajian ini berbentuk survei yang bertujuan untuk menggali data tentang *successful aging* dan dukungan sosial, upaya yang dilakukan oleh lansia untuk mendapatkan dukungan sosial dan *successful aging*. Data ini dikumpulkan dari lansia dan keluarganya baik yang berada di Indonesia maupun di Malaysia melalui kuesioner dan *interview*. Setelah data diperoleh maka dilakukan pemetaan dan dianalisis secara deskriptif kualitatif.

Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian adalah *successful aging* dan dukungan sosial bagi lansia. Adapun dimensi yang akan diketahui dari penelitian

tersebut adalah: (i) derajat *successful aging* lansia (ii) macam dukungan sosial yang diperoleh lansia (iii) *successful aging* lansia, (iv) sumber dukungan sosial bagi lansia (v) Dukungan sosial yang yang dapat meningkatkan *well-being* lansia

Subjek Penelitian

Penelitian ini akan melibatkan lansia dankeluarganya. Adapun sampel penelitiannya adalah lansia yang tinggal bersama keluarganya baik di Malaysia maupun di Indonesia.

Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian ini didapat melalui pengukuran yang berupa kuesioner, tentang *successful aging inventory* dan dukungan sosial, lembar interview dan dan observasi.

Analisa Data Penelitian

Data pada penelitian ini ditampilkan secara deskriptif kualitatif dan ekplanatif. Deskripsi ini disampaikan dalam bentuk tabel dan analisis kualitatif.

dituliskan sebelumnya, maka hasil analisis data yang diperoleh dari penelitian ini diketahui beberapa hal tentang *successful aging* dan dukungan sosial dari lansia di Indonesia dan Malaysia. Hasil analisis data penelitian ini sebagaimana di gambarkan pada bagian berikut ini. Untuk mengetahui keadaan dan gambaran *successful aging* lansia di Indonesia maupun Selangor, maka dibagian bawah ini disajikan beberapa tabel deskripsi untuk mengetahui tingkatan *successful aging* yang dimiliki oleh subjek penelitian.

Successful Aging Lansia di Surabaya

Tabel di bawah ini menginformasikan tentang gambaran secara lebih terperinci tentang prosentase tingkatan *successful aging* lansia laki-laki dan perempuan di Surabaya telah diuraikan pada tabel 1 di bawah ini.

Successful Aging Lansia di Selangor

Prosentase tingkatan *successful aging* lansia laki-laki dan perempuan di Selangor Malaysia telah digambarkan pada tabel 2 di bawah ini.

HASIL DAN BAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah

Tabel 1. Prosentase *Successful Aging* Lansia di Surabaya berdasarkan Jenis Kelamin

No	SuksesfulAging	Laki-laki		Perempuan		Jumlah
		Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase	
1	Rendah	-	-	-	-	-
2	Kurang	-	-	-	-	-
3	Sedang	17Orang	17%	45 Orang	45%	62 (62%)
4	Tinggi	20 Orang	20%	18 Orang	18%	38 (38%)
	Jumlah	37 Orang	37%	63 Orang	63%	100
	Rata-rata:			45.6		

Tabel 2. Prosentase *Successful Aging* lansia di Selangor Malaysia

No	Suksesful aging	Laki-laki		Perempuan		Jumlah
		Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase	
1	Rendah	-	-	-	-	-
2	Kurang	-	-	-	-	-
3	Sedang	11 Orang	11%	-	-	11%
4	Tinggi	60 Orang	60%	29 Orang	29%	89%
	Jumlah	71 Orang	71 %	29 Orang	29 %	100
	Rata-rata:			49,76		

Secara umum dapat diketahui bahwa lansia di Selangor, Malaysia, lebih banyak mempunyai *successful aging* yang tinggi dari pada lansia di Surabaya, Indonesia. Sedangkan lansia di Surabaya, Indonesia, lebih banyak yang memiliki *successful aging* sedang dari pada lansia di Selangor, Malaysia.

Prosentase Dukungan Sosial Lansia di Indonesia

Tabel ini menginformasikan tentang gambaran secara lebih terperinci tentang prosentase tingkatan dukungan sosial lansia laki-laki dan perempuan di Surabaya. Secara terperinci data tersebut telah digambarkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 3. Prosentase Dukungan Sosial Lansia di Surabaya Indonesia

No	Dukungan Sosial	Laki-laki		Perempuan		Jumlah
		Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase	
1	Rendah	-	-	3 Orang	3 %	3%
2	Kurang	8 Orang	8 %	13 Orang	13 %	21%
3	Sedang	26 Orang	26 %	44 Orang	44 %	70%
4	Tinggi	2 Orang	2 %	4 Orang	4 %	6%
	Jumlah	36 Orang	36%	64 Orang	64 %	100%
	Rata-rata:			23.25		

Prosentase Dukungan Sosial Lansia di Selangor

Tabel ini menginformasikan tentang gambaran secara lebih terperinci tentang prosentase tingkatan dukungan sosial lansia laki-laki dan perempuan di Selangor. Secara terperinci data tersebut telah digambarkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 4. Dukungan Sosial Lansia di Selangor Malaysia

No	Dukungan Sosial	Laki-laki		Perempuan		Jumlah
		Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase	
1	Rendah	-	-	3 Orang	3%	3%
2	Kurang	21 Orang	21 %	-	-	21%
3	Sedang	34 Orang	34 %	23 Orang	23 %	57%
4	Tinggi	16 Orang	16 %	3 Orang	3 %	19%
	Jumlah	71 Orang	71%	29 Orang	29%	100
	Rata-rata:			25.43		

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial lansia di Selangor lebih tinggi dari

pada dukungan sosial lansia di Surabaya.

Sumber Dukungan Sosial

Bagian ini menggambarkan data tentang bentuk dan sumber dukungan sosial bagi lansia di Indonesia maupun di Malaysia. Beberapa sumber yang sangat berperan dalam memberikan dukungan sosial bagi lansia adalah keluarga, teman atau sahabat dan masyarakat. Berikut ini gambaran dari pada bentuk dan sumber dukungan sosial bagi lansia.

Sumber Dukungan Sosial Lansia di Surabaya

Berdasarkan hasil analisis data penelitian tentang sumber dan bentuk dukungan sosial yang

diharapkan oleh lansia di Surabaya Indonesia adalah sebagai berikut: 1. Lansia di Surabaya memerlukan dukungan sosial dalam bentuk berbagai informasi yang diperlukan, dorongan, semangat dan juga yang lain (pujian dan pengakuan). 2. Pihak yang dapat mendengarkan keluhan atau cerita lansia adalah keluarga, teman atau sahabat. 3. Penyemangat hidup lansia banyak

diperoleh dari keluarga, teman/sahabat 4. Lansia yang memerlukan bantuan berbagai informasi

banyak mendapatkan bantuan dari keluarga, teman/sahabat. 5. Permasalahan yang dialami oleh lansia banyak mendapatkan bantuan penyelesaian dari keluarga, teman/sahabat dan lain-lain. 6. Bantuan keuangan kepada lansia banyak diberikan oleh keluarga, teman/sahabat 7. Lansia banyak mendapatkan bantuan untuk memperoleh hiburan dari keluarga, teman/sahabat. 8. Bantuan transportasi yang diperlukan lansia untuk menjalankan aktivitasnya banyak dibantu oleh keluarga, teman/sahabat. 9. Lansia banyak memperoleh bantuan kesehatan dari keluarga, teman dan sahabat. 10. Lansia banyak memperoleh bantuan untuk meningkatkan kemampuan dalam berbagai bidang diperoleh dari keluarga, teman/sahabat.

Sumber Dukungan Sosial di Selangor

Bagian ini akan menyajikan hasil penelitian tentang sumber dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia baik dari sisi bentuk dan juga sumbernya. Berdasarkan hasil analisis data penelitian tentang sumber dan bentuk dukungan sosial yang diharapkan oleh lansia di Selangor Malaysia adalah sebagai berikut: 1. Lansia di Selangor Malaysia memerlukan dukungan sosial dalam bentuk berbagai informasi yang diperlukan, dorongan, semangat, pujian dan pengakuan. 2. Pihak yang dapat mendengarkan keluhan atau cerita lansia adalah keluarga, teman atau sahabat. 3. Penyemangat hidup lansia banyak diperoleh dari keluarga, teman/sahabat. 4. Lansia yang memerlukan bantuan tentang berbagai informasi banyak mendapatkan bantuan dari keluarga, teman/sahabat. 5. Permasalahan yang dialami oleh lansia banyak mendapatkan bantuan penyelesaian dari keluarga, teman/sahabat. 6. Bantuan keuangan kepada lansia banyak diberikan oleh keluarga, teman/sahabat 7. Lansia banyak mendapatkan bantuan untuk memperoleh hiburan dari keluarga, teman/sahabat. 8. Bantuan transportasi yang diperlukan lansia untuk menjalankan aktivitasnya banyak dibantu oleh keluarga, teman/sahabat. 9. Lansia banyak memperoleh bantuan kesehatan dari keluarga, teman dan sahabat. 10. Lansia banyak memperoleh bantuan untuk meningkatkan kemampuan dalam berbagai bidang diperoleh dari keluarga, teman/sahabat.

Usaha untuk mencapai *Successful Aging* Lansia di Surabaya

Bagian ini menggambarkan usaha yang dilakukan oleh lansia di Indonesia dan Malaysia untuk mencapai *successful aging*. Selain itu gambaran usaha yang dilakukan oleh lansia laki-laki dan perempuan juga digambarkan dalam bentuk prosentase. Usaha yang dilakukan lansia di Surabaya Indonesia untuk memperoleh kebermaknaan hidup sebagai usaha untuk mencapai *successful aging* menunjukkan bahwa: 1. Sebagian besar (92%) dari lansia dapat merasakan atau mempunyai kebermaknaan hidup yang merupakan dasar dari adanya *successful aging*. Sedangkan hanya sedikit (8%) dari lansia di Surabaya yang merasa tidak memiliki kebermaknaan hidup sehingga ia merasa tidak memperoleh *successful aging*. 2. Makna hidup lansia sebagian besar dapat dirasakan oleh keluarga, dan sebagian lagi merasa dapat dirasakan oleh masyarakat, orang sekitar, pemuka masyarakat, agama atau pemerintah. 3. Bentuk kebermaknaan hidup lansia sebagian besar merasa tentram, bahagia dan berguna atau diperlukan orang lain. 4. Usaha yang dilakukan oleh lansia untuk memperoleh kebermaknaan hidup sebagian besar adalah dengan tetap beraktivitas, membantu orang lain yang memerlukan bantuan, beribadah dan menjaga silaturahmi dengan orang lain. 5. Orang yang dapat membantu lansia untuk mencapai kebermaknaan hidup adalah sebagian besar dari keluarga, orang lain atau masyarakat dan tokoh agama serta teman atau sahabat. 6. Sebagian besar lansia memerlukan bantuan dalam bentuk moril, materiil dan lain-lain untuk dapat mewujudkan kebermaknaan di dalam hidupnya. 7. Orang yang dapat merasakan kebermaknaan hidup lansia sebagian besar adalah keluarga, orang lain atau masyarakat, dan teman atau sahabat. Serta sebagian lagi adalah di luar yang telah dijelaskan. 8. Dampak kebermaknaan hidup lansia yang dapat dirasakan oleh orang lain adalah sebagian besar merasa senang, peduli terhadap orang lain, ikut terinspirasi dan lain-lain perasaan. 9. Peranan keluarga dalam mewujudkan kebermaknaan hidup lansia sebagian besar adalah sebagai pendukung, penyemangat dan memberikan kasih sayang. 10. Prestasi yang

diperoleh lansia yang dapat mendukung terwujudnya makna hidup adalah dengan beraktivitas, merawat, membesarkan anak, membahagiakan anak dan keluarga, serta sebagian menjawab merasa tidak berprestasi.

Usaha untuk mencapai *Successful Aging* Lansia di Selangor

Usaha yang dilakukan lansia di Selangor Malaysia untuk memperoleh kebermaknaan hidup sebagai aktualisasi dari *successful aging* menunjukkan bahwa: 1. Sebagian besar (92%) dari lansia dapat merasakan atau mempunyai kebermaknaan hidup yang merupakan dasar dari adanya *successful aging*. Sedangkan hanya sedikit (8%) dari lansia di Selangor Malaysia yang merasa tidak memiliki kebermaknaan hidup sehingga ia merasa tidak memperoleh *successful aging*. 2. Makna hidup lansia sebagian besar dapat dirasakan oleh anggota keluarga, dan sebagian lagi merasa dapat dirasakan oleh masyarakat, orang sekitar, pemuka agama dan masyarakat atau pemerintah. 3. Bentuk kebermaknaan hidup lansia sebagian besar merasa tentram, bahagia dan berguna atau diperlukan orang lain. 4. Usaha yang dilakukan untuk memperoleh kebermaknaan hidup sebagian besar adalah dengan beribadah, tetap beraktivitas, membantu orang lain dan keluarga yang memerlukan bantuan, serta menjaga silaturahmi. 5. Orang yang dapat membantu lansia untuk mencapai kebermaknaan hidup adalah sebagian besar dari keluarga, orang lain atau masyarakat, diri sendiri. 6. Sebagian besar lansia memerlukan bantuan dalam bentuk moril, materiil dan lain-lain untuk dapat mewujudkan kebermaknaan di dalam hidupnya. 7. Orang yang dapat merasakan kebermaknaan hidup lansia sebagian besar adalah keluarga, orang lain atau masyarakat, tetangga atau jiran dan sebagian lagi dari pihak lain. 8. Dampak kebermaknaan hidup lansia yang dapat dirasakan oleh orang lain adalah sebagian besar merasa peduli terhadap orang lain, senang, merasa ikut terinspirasi. 9. Peranan keluarga dalam mewujudkan kebermaknaan hidup lansia sebagian besar adalah sebagai pendukung, penyemangat dan memberikan kasih sayang kepada lansia. 10. Prestasi yang diperoleh lansia yang dapat mendukung terwujudnya makna hidup adalah dengan beraktivitas, merawat,

membesarkan anak, membahagiakan anak dan keluarga, serta sebagian menjawab merasa tidak berprestasi.

Bahasan

Bagian ini akan menyajikan pembahasan dari hasil penelitian yang telah diperoleh. Pembahasan akan dilakukan berdasarkan kajian teoritis maupun empirik yang ada. Beberapa hasil penelitian yang akan dibahas di dalam bagian ini adalah:

Skor *Successful Aging* Lansia di Indonesia dan Malaysia

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diperoleh gambaran bahwa skor rata-rata skor *successful aging* lansia di Selangor Malaysia lebih tinggi dari pada rata-rata skor *successful aging* lansia di Surabaya Indonesia. Kedua skor *successful aging* di kedua Negara tersebut termasuk dalam kategori tinggi, namun masih terdapat perbedaan skor pada kelompok lansia di Surabaya dan Selangor. Perbedaan ini dapat kita pahami bahwa berdasarkan perbedaan jumlah penduduk antara Malaysia dan Indonesia sangat berbeda secara signifikan. Perbedaan ini mempunyai dampak terhadap berbagai kebijakan, kesempatan, kemudahan dan kesejahteraan yang diperoleh masyarakat. Kesempatan untuk memperoleh pekerjaan dan pendidikan yang layak dengan imbalan yang cukup besar serta fasilitas yang memadai lebih terbuka di Malaysia dari pada di Indonesia, terutama untuk kaum Melayu. Sedangkan kondisi di Indonesia sangat kompetitif. Keadaan sekompetitif ini tidak terjadi di Malaysia karena jumlah penduduknya tidak sebanyak di Indonesia, sehingga kesempatan untuk memperoleh perpanjangan kontrak atau dipekerjakan kembali masih lebih terbuka.

Prosentase *Successful Aging* Lansia di Surabaya

Berdasarkan analisis data penelitian diatas dapat dipahami bahwa masyarakat Surabaya lebih banyak yang mempunyai *successful aging* pada tingkat sedang dari pada tingkat tinggi, sedangkan *successful aging* pada tingkatan tinggi lebih banyak dimiliki oleh subyek laki-laki daripada perempuan. Subyek perempuan lebih banyak

yang mempunyai *successful aging* pada tingkat sedang dari pada tingkat tinggi. Keadaan ini disebabkan oleh adanya sejarah bahwa awal perkembangannya Indonesia merupakan negara yang masih menganut sistem patriarkhi, dimana laki-laki mempunyai kesempatan yang lebih luas untuk menadapatkan pekerjaan, kedudukan, posisi atau jabatan serta kesempatan berkembang, meskipun pada akhirnya kesejajaran dan emansipasi tetap diperjuangkan. Kondisi inilah yang memberikan efek kepada tingginya *successful aging* laki-laki dari pada perempuan, sedangkan perempuan lebih banyak yang memiliki *successful aging* sedang. Wanita lebih banyak berfikir dengan perasaan dari pada dengan logika, oleh sebab itu perasaan yang tidak puas, kecewa dan kurang bahagia lebih mendominasi kehidupannya, sehingga tidak merasakan *successful aging* yang maksimal. Wanita juga banyak menggunakan *emotional focused coping*, sedangkan laki-laki banyak menggunakan *problem focused coping*, sehingga wanita lebih banyak memikirkan, merasakan dan merenungi keadaannya sedangkan laki-laki lebih banyak bertindak dan mengambil langkah untuk menyelesaikan permasalahan yang dialaminya (Nolen & Hoeksema, 1999; Rice, 2003).

Prosentase *Successful Aging* Lansia di Selangor

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa *successful aging* lansia di Selangor lebih tinggi dan lebih banyak yang berada pada tingkatan tinggi dari pada tingkatan sedang. Sebagaimana dijelaskan sebelumnya bahwa penduduk Malaysia juga merupakan penduduk yang memiliki sejarah patriarkhi, sehingga kesempatan dan pengembangan lebih banyak diberikan kepada laki-laki dari pada perempuan. Meskipun pada kenyataannya perkembangan masyarakat Malaysia lebih banyak kesempatan yang dimiliki wanita dari pada laki-laki. Keterbukaan pendidikan, daya juang dan semangat wanita di Malaysia lebih tinggi untuk maju dari pada laki-laki. Namun karena laki-laki di Malaysia lebih banyak yang memiliki perasaan puas, tidak mempunyai ambisi yang tinggi untuk bersaing serta mampu menerima apa yang sudah dijalani, maka laki-laki di lansia lebih banyak yang

memiliki *successful aging* yang tinggi dari pada perempuan (Yussof, 2006).

Dukungan Sosial Lansia di Surabaya dan Malaysia

Data penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata dukungan sosial lansia di Selangor Malaysia lebih tinggi dari pada skor dukungan sosial lansia di Surabaya Indonesia. Meskipun kedua skor dukungan sosial tersebut termasuk dalam kategori tinggi, namun masih terdapat perbedaan skor pada kelompok lansia di Surabaya dan Selangor. Perbedaan skor ini dapat kita pahami bahwa masyarakat Malaysia baik yang masih aktif maupun yang sudah pensiun dalam memperoleh dukungan sosial dalam bentuk tunjangan finansial dan fasilitas serta kemudahan dalam berbagai bidang. Sedangkan lansia di Indonesia tidak semuanya memperoleh fasilitas atau kemudahan dan tunjangan dari pemerintah. Hal ini akan berakibat kepada dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dan masyarakat disekitarnya.

Prosentase Dukungan Sosial Lansia di Surabaya

Dukungan sosial bagi lansia di Indonesia lebih rendah dari pada lansia di Malaysia. Keadaan ini dapatlah dipahami bahwa masyarakat Malaysia mempunyai dukungan sosial yang berasal dari pemerintah maupun keluarga baik yang menjadi pegawai pemerintah maupun yang tidak. Sebab dukungan sosial dari pemerintah tidak hanya berupa tunjangan pension dan hari tua, namun berupa fasilitas dan segala bentuk kemudahan yang dapat dinikmati oleh seluruh masyarakat di Malaysia. Sedangkan di Indonesia dukungan sosial yang diberikan oleh pemerintah belum sebanyak dan sebaik di Malaysia. Sebagaimana penelitian Angerer, dkk. (2009) menunjukkan bahwa masyarakat yang berada pada situasi sosial yang tidak aman akan memerlukan dukungan sosial yang lebih tinggi dari pada masyarakat yang berada dalam konisi sejahtera.

Bentuk dan Sumber Dukungan Sosial Lansia di Surabaya Indonesia

Berdasarkan hasil analisis data penelitian

tentang sumber dan bentuk dukungan sosial yang diharapkan oleh lansia di Surabaya Indonesia adalah berbagai informasi yang diperlukan, dorongan, semangat dan juga yang lain (pujian dan pengakuan). Sedangkan sumber dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia banyak diperoleh dari keluarga, teman atau sahabat dan dari pihak lain. Selain itu bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia adalah informasi tentang kesehatan, peningkatan kemampuan, pengetahuan, kegiatan sosial dan lain-lain. Sedangkan bantuan yang diberikan oleh lansia adalah bantuan semangat, kesehatan, semangat, dan memperoleh fasilitas atau kemudahan untuk menjalankan aktivitasnya. Hasil analisis tersebut diatas dapatlah dipahami bahwa bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia di Indonesia adalah berbagai informasi yang diperlukan, sedangkan bentuk dukungan sosial berikutnya adalah semangat, dorongan, pengakuan, dan penghargaan. Sedangkan sumber dukungan sosial terbesar yang diterima oleh lansia adalah dari keluarga, sahabat, masyarakat dan profesional lain. Sebagaimana hasil penelitian Lestari (2008) mengatakan bahwa bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia adalah mengeluarkan keluhannya, keluarga dan tetangga subjek mendukung subjek untuk mengembangkan potensi dan mendukung aktivitas sosialnya, anak subjek memberikan bantuan berupa uang, dan saran, subjek juga memberikan pertolongan untuk orang lain dalam bentuk bantuan tenaga.

Bentuk dan Sumber Dukungan Sosial Lansia di Selangor Malaysia

Hasil analisis tersebut diatas dapatlah dipahami bahwa bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia di Selangor adalah berbagai informasi yang diperlukan, sedangkan bentuk dukungan sosial berikutnya adalah semangat, dorongan, pengakuan, dan penghargaan. Sedangkan sumber dukungan sosial terbesar yang diterima oleh lansia adalah dari keluarga, sahabat, masyarakat dan profesional lain. Telah kita ketahui bersama bahwa belum banyak informasi yang dapat diakses oleh lansia di Malaysia, sebab adanya keterbatasan kemampuan dari lansia itu sendiri baik yang berbentuk keahlian,

keterampilan dan fasilitas yang dimiliki untuk mencari informasi tersebut. Namun bagi lansia yang masih aktif dalam mengikuti berbagai pertemuan, perkumpulan serta aktivitas dengan sesama lansia, maka mereka masih memperoleh berbagai informasi tentang berbagai hal.

Usaha untuk mencapai *Successful Aging* Lansia di Surabaya

Berdasarkan analisis data diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar lansia di Surabaya Indonesia merasa mempunyai kebermaknaan hidup, namun sebagian kecil masih ada yang merasa tidak memiliki makna hidup. Sedangkan bentuk kebermaknaan hidup yang dimiliki atau dirasakan oleh lansia adalah dapat membantu atau diperlukan oleh orang lain, keluarga dan lain-lain. Orang yang berperan dalam mendukung terwujudnya kebermaknaan hidup adalah keluarga, dengan bentuk perannya adalah sebagai penyemangat, pendukung dan pemberi kasih sayang. Kebermaknaan hidup lansia dapat dirasakan oleh keluarga, orang lain atau masyarakat, sahabat dan lain-lain. Hal tersebut di atas dapatlah dipahami bahwa masyarakat di Indonesia masih mengedepankan aktivitas untuk dapat memperoleh *successful aging* dan kebermaknaan hidup. Sebab dengan beraktivitas, lansia masih dapat merasakan hidupnya berguna atau bermakna bagi kehidupan diri sendiri maupun orang lain. Oleh sebab itu masyarakat Indonesia lebih banyak menghabiskan masa lansianya dengan beraktivitas baik yang memberikan keuntungan secara fisik, sosial, emosional, dan finansial serta spiritual atau religiusitas.

Usaha untuk mencapai *Successful Aging* Lansia di Selangor

Beberapa perbedaan yang dirasakan oleh lansia di Surabaya dengan lansia di Selangor adalah bahwa lansia di Surabaya dapat mewujudkan kebermaknaan hidupnya sebagian besar dengan tetap beraktivitas, sedangkan untuk lansia di Selangor sebagian besar mewujudkan makna hidup dengan beribadah. Sementara untuk dampak dari kebermaknaan hidup yang dirasakan oleh orang lain bagi lansia di Surabaya adalah merasa senang, sedangkan bagi lansia di selangor

adalah dengan peduli kepada orang lain. Sedangkan orang yang dapat merasakan kebermanaknaan hidup dari lansia di Surabaya adalah keluarga, sedangkan untuk lansia di Selangor adalah tetangga. Hal ini dapat dipahami bahwa kehidupan lansia di Selangor memperoleh perhatian yang cukup dari pemerintah. Ada suatu aturan bahwa salah satu tugas dari pemerintah adalah memperhatikan kehidupan warga emas (lansia) dan juga orang-orang yang tidak mempunyai upaya (orang cacat). Oleh sebab itu lansia di Selangor tidak terlalu risau memikirkan kehidupannya karena memperoleh tunjangan dari pemerintah. Sehingga ia dapat mencurahkan hidupnya dengan beribadah dan membantu orang lain untuk memperoleh kebermanaknaan di dalam hidupnya. Sehingga ia dapat mewujudkan *successful aging* dalam masa lansia.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis diatas dapat diperoleh beberapa kesimpulan penelitian adalah sebagai berikut: 1. *Successful aging* dan dukungan sosial

masyarakat Indonesia lebih rendah dari pada masyarakat Selangor. 2. *Successful aging* lansia di Surabaya lebih banyak yang berada pada kategori sedang dari pada kategori tinggi, Sedangkan pada lansia di Selangor banyak memiliki *successful aging* pada kategori tinggi dari pada kategori sedang. 3. Bentuk dukungan sosial yang diperlukan oleh masyarakat Surabaya dan Selangor adalah dalam bentuk informasi dalam berbagai hal, antara lain informasi tentang kesehatan, pendidikan atau pelatihan, hiburan, serta kegiatan sosial lainnya. 4. Sumber dukungan sosial yang diperoleh lansia di Indonesia dan Malaysia adalah sebagian besar berasal dari keluarga, sahabat, teman, tetangga, masyarakat dan juga pemerintah. 5. Usaha yang dilakukan oleh lansia di Indonesia dan Malaysia untuk memperoleh *successful aging* adalah dengan beraktivitas dan untuk lansia di Malaysia dengan beribadah. 6. Orang yang banyak merasakan kebermanaknaan hidup dari lansia di Indonesia dan Malaysia adalah keluarga, tetangga, teman dan sahabat serta masyarakat.

PUSTAKA ACUAN

- Angerer, P., Siebert, U., Kothny, W., Muhlbauer, D., Mudra, H., Von Schacky, C. (2009). Impact of social support, cynical hostility and anger expression on progression of coronary atherosclerosis. *Journal of American College of Cardiology*. the American College of Cardiology. Published by Elsevier Science Inc. Vol. 36, No. 6, 2009.
- Lestari, T. P. (2008). Dukungan sosial keluarga pada lansia yang duda dan janda. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara.
- Lubis, A.J. (2003). *Dukungan sosial bagi pasien gagal ginjal*. Laporan Penelitian. Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Dorris. (2003). Successful and active aging. *The Journal on Active Aging*. 2 (6), November – Desember.
- Ganster, D.C., Fusilier, M. R., Meyes, B.T. (1986). Role of social social support in the experience of stress at work. *Journal of Applied Psychology*, 71: 102-110.
- Gibson, J.L., Ivancevich, J.M., Donnely, J.H. Jr. (1996). *Manajemen organisasi: Perilaku-struktur-proses* (alih bahasa: Agus). Jakarta: Erlangga.
- Neugarten. 1969. *Psychological of aging*. Mc Graw Hill. Inc.
- Noelen, S., Hoeksema. (2004). *Abnormal psychology* (3rd ed.). Boston: McGraw Hill.
- Rice, V.G. (2003). *Handbook of stress, coping and health: Implication for nursing research, theory and practice*. New York: McGraw Hill.
- Santrock. J.W., 1999. *Life-span development*. 5 ed. University of Texas at Dallas.

- Sarafino.E.P. 1998.*Health psychology:Biopsychosocial interaction*. (3rd Ed). New York. John Welley and Son Inc.
- Sheridan.C.L. dan Radmaker., Sally.A. 1992. *Health psychology: Challenging the bio medical model*.John Willey and Son. New York.
- Shu, H. C., Chan, M. C. (2002). *Successful aging in Korea*. Thaichung Health Care and Management University. Korea.
- Smet Bar. 1999. *Psikologi kesehatan*. Rajawali Press. Jakarta.
- Taylor. SE. 1999.*Health psychology*. (4th Ed). Boston McGrawHill.Inc.
- Winn.V., 2003. *Profesional language therapist.Inc*. QuenslandUniversity. Quenslamdse.
- Ku Yussof E.I. (2006), *Elaun bagi pegawai kerajaan di Malaysia*. Fakulti Kesihatan. University Kebangsaan Malaysia.