

SUCCESSFUL AGING PADA LANJUT USIA SUKU JAWA DI PANTI GRIYA KASIH SILOAM KOTA MALANG

Fyana Azara

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
fyanaazara@gmail.com

Qoni'atur Ridwan

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
qoniatur.ridwan@yahoo.com

Nur Rohmah Hidayatul Qoyyimah

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
nur.qoyyimah.fppi@um.ac.id

Abstrak

Setiap tahunnya Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) dengan tugas perkembangan yang beragam. Memasuki masa lanjut usia tentunya individu memiliki keinginan untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik. Keberhasilan saat proses menua disebut juga dengan *successful aging* yang memiliki aspek positif pada manusia, yakni optimisasi, seleksi, dan kompensasi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah lansia dalam proses penuaannya dapat dijalankan dengan baik. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang menjabarkan pengalaman individu atau fenomena. Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara. Teknik analisis menggunakan *thematic analysis* yang memiliki tujuan untuk melakukan analisis data kualitatif. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa dua dari tiga subjek gagal mengalami *successful aging* karena tidak memenuhi ketiga aspek dari *successful aging*.

Kata Kunci: *Successful Aging*, Lansia, Panti Jompo.

Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2017 jumlah lansia 23,4 juta jiwa (8,97%) dari total penduduk Indonesia. Menurut Basuki (2015) lansia atau lanjut usia adalah suatu masa ketika kemampuan dan fisik seseorang akan menurun dan diawali dengan adanya berbagai perubahan yang terjadi dalam hidup. Secara umum, menjadi tua ditandai oleh kemunduran biologis yang tampak sebagai gejala-gejala kemunduran fisik seperti kulit mulai mengendur, penglihatan dan pendengaran yang berkurang, mudah lelah serta terserang berbagai penyakit seperti hipertensi, asam urat, rematik serta penyakit lainnya. Selain fisik, perubahan psikis juga mempengaruhi kualitas hidup lansia, seperti tidak mampu mengingat dengan jelas, kesepian, takut kehilangan orang yang dicintai, takut menghadapi kematian, serta depresi

yang akan berpengaruh pada kualitas hidup seorang lansia (Ebersole dalam Triana 2017). Menurut Havighurst (dalam Nurhayati, 2018) tugas perkembangan pada lansia diantaranya yaitu: Menyesuaikan diri dengan adanya pasangan hidup yang meninggal, melakukan penyesuaian diri dengan peran sosial secara efektif, menyesuaikan diri ketika memasuki masa pensiun, memiliki kehidupan yang melibatkan fisik memuaskan, berinteraksi dengan kawan memiliki umur kurang lebih sama, dan menyesuaikan diri kekuatan fisik dan kesehatan yang mulai melemah.

Memasuki masa lanjut usia dengan sukses tentu menjadi keinginan bagi semua individu yang memasuki usia dewasa akhir. Keinginan untuk tetap mandiri, berguna, dihargai, dan tetap aktif berkarya merupakan harapan yang diinginkan oleh para lansia. Hal tersebut bertujuan untuk terhindar dari rasa kesepian, ketergantungan, dan perasaan tidak berdaya.

Harapan yang positif pada lansia dapat mengarahkan lansia untuk menjadi seseorang yang berhasil atau sering disebut dengan *successful aging*. Pengertian *successful aging* yang dikemukakan oleh Baltes dan Baltes (1990) merupakan perpaduan antara fungsi-fungsi biologis, psikologis, dan aspek aspek positif manusia. Menurut Baltes (dalam Putri, 2017) terdapat tiga aspek dalam *successful aging*, yaitu: seleksi (*selection*), optimisasi (*optimization*), dan kompensasi (*compensation*). Selain itu, menurut Kahn (dalam Nindialoka, 2017) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi *successful aging*, diantaranya yaitu: genetik, pendidikan, *self-efficacy*, gaya hidup, dukungan sosial, aktif secara sosial, dan respon terhadap stress.

Dalam penerapan *successful aging*, budaya memiliki peran dalam mempengaruhi kehidupan seseorang di suatu wilayah tertentu. Kim (2001) mengatakan bahwa budaya dapat diartikan sebagai pola hidup yang menyeluruh dari suatu masyarakat yang kompleks, abstrak, dan luas. Dengan dasar tersebut, budaya memiliki nilai yang mendasari kepribadian dan mempengaruhi pola pikir seseorang. Indonesia merupakan negara yang memiliki berbagai macam budaya yang beragam. Dari bermacam macam budaya salah satunya adalah budaya Jawa.

Pada masyarakat Jawa kehidupan lansia dipersepsikan dengan keadaan yang tenang, biasanya mereka berkumpul dan menikmati masa yang damai bersama keluarga. Fase lanjut usia dalam budaya Jawa merupakan momen dimana seseorang dipandang berhak mendapatkan penghormatan. Kehidupan dalam masyarakat Jawa mengenal istilah "*urmat*", atau dalam bahasa Indonesia berarti "*hormat*". Hormat dapat diartikan sebagai sikap menghormati seseorang yang lebih tua dan ini menandakan bahwa masyarakat Jawa

menganut paham relasi sosial yang bersifat hierarki (Geertz dalam Putri, 2017).

Di pulau Jawa sendiri ada banyak lansia yang tinggal di panti jompo. Panti jompo merupakan tempat tinggal yang dirancang khusus untuk orang lanjut usia, yang di dalamnya disediakan semua fasilitas lengkap yang dibutuhkan orang lanjut usia (Hurlock, 2004). Terdapat beberapa fenomena yang didapat ketika peneliti melakukan wawancara terhadap tiga lansia Suku Jawa di Panti Griya Kasih Siloam Kota Malang dan menunjukkan bahwa banyak lansia yang masih mampu untuk melakukan beberapa kegiatan dan mereka juga tidak malu jika harus dibantu oleh orang lain saat tidak mampu melakukan sesuatu, seperti saat mandi atau mencuci pakaian. Selain itu di panti mereka juga melakukan doa bersama dan juga terdapat beberapa kegiatan untuk menghibur mereka.

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dipaparkan, maka diperoleh tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui *successful aging* pada lansia Suku Jawa Di Panti Griya Kasih Siloam Kota Malang

METODE

Penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut Connole (dalam Hanurawan, 2016) fenomenologi adalah pendekatan yang menjabarkan pengalaman individu atau sebuah fenomenadan pengambilan data pada penelitian ini akan melakukan wawancara.

Subjek pada penelitian ini adalah lanjut usia yang berjumlah tiga orang. Para lansia tersebut menetap di panti jompo Griya Kasih Siloam, Kota Malang, Jawa Timur. Subjek berusia antara 70-85 tahun dan berjenis kelamin perempuan.

Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber yang akan mengecek dan mengonfirmasi ulang data dan informasi yang

diberikan oleh narasumber melalui informan atau sumber lain (Bachri, 2010). Informan yang memvalidasi data berinisial IT, merupakan perawat yang bekerja dan mengurus para lansia di panti jompo.

Teknik analisis data yang digunakan adalah *thematic analysis* yang memiliki tujuan untuk melakukan analisis data kualitatif, contohnya data diperoleh dari proses wawancara yang dilaksanakan pada penelitian ini (Heriyanto, 2019).

HASIL

Subjek pertama merupakan wanita lansia (TT) berusia 75 tahun yang kini menetap di Panti Griya Kasih Siloam, Kota Malang. Sebelum menetap dan tinggal di panti tersebut, subjek tinggal di dekat pasar besar Malang. Kegiatan yang biasanya subjek lakukan selama di panti adalah makan, mandi, tidur, mengobrol serta berinteraksi dengan Oma lainnya, berjalan-jalan di sekitar panti serta menonton TV. Dalam melakukan kegiatannya terutama ketika mandi, subjek dibantu oleh perawat yang bekerja di panti tersebut. Perasaan subjek ketika dirinya mendapat bantuan adalah sebuah hal yang tidak masalah, subjek mengatakan “Yaa enggak hehe memang tidak bisa jadi dibantu hehe”. Kesehatan subjek secara garis besar cukup baik, hanya saja terkadang subjek terkena batuk dan pilek. Subjek mengatakan bahwa usia tidak terlalu menghalangi kegiatannya untuk melakukan sesuatu, hanya saja terkadang subjek merasa mudah lelah.

Subjek kedua merupakan wanita lansia (WT) yang sudah berusia 86 tahun dan kini menetap di Panti Griya Kasih Siloam, Kota Malang. Sebelumnya subjek menetap di dekat pasar besar Malang. Subjek menjelaskan bahwa dahulu dirinya tinggal di rumahnya bersama seorang asisten rumah tangga yang sangat baik dan sering berjualan, namun karena adanya kendala dalam hal melunaskan

biaya sewa rumah, subjek akhirnya tinggal di panti jompo atas saran anaknya. Subjek mengungkapkan bahwa kini asisten rumah tangganya dahulu sudah pulang ke kampungnya. ersubjek sudah tinggal di panti jompo tersebut selaima 2 bulan lamanya. Kegiatan subjek sehari-hari adalah doa bersama dan setiap hari rabu ada doa Rosario yang dilaksanakan bersama-sama, makan, tidur, mandi yang mulai pada pukul 4:30 WIB, menonton TV, dan berinteraksi dengan Oma lainnya di panti dsb. Subjek juga sering mengikuti semua kegiatannya agar tidak bosan.

Perasaan subjek WT menetap di panti tersebut sebenarnya adalah senang, namun dirinya lebih menyukai untuk tinggal di rumahnya dengan alasan dapat mencari uang. Dalam melakukan kegiatannya terutama ketika mandi, subjek dibantu oleh perawat yang bekerja di panti tersebut, berbeda ketika subjek di rumah biasanya dirinya melakukannya sendiri. Subjek juga mengungkapkan bahwa dirinya mampu makan sendiri dan terkadang dapat keluar untuk mencari makan sendiri. Subjek juga menyatakan bahwa dirinya tidak merasa malu ketika dibantu oleh orang lain dalam melakukan kegiatannya karena dirinya menganggap Oma yang lainnya pun juga dibantu. Kondisi fisik subjek juga sedikit lemah dan menyatakan bahwa untuk berjalan dirinya menggunakan alat bantu. Subjek mengungkapkan bahwa usianya sekarang yang semakin tua menghalangi kegiatannya dalam melakukan sesuatu dan menyatakan masih bisa mencari uang.

Subjek ketiga merupakan seorang wanita lansia (TN) yang aslinya sudah berusia 80 tahun, namun dalam wawancaranya subjek mengatakan bahwa usianya antara 30 atau 40 tahun. Subjek merupakan seorang lansia yang menetap di Panti Griya Kasih Siloam, Kota Malang. Sebelumnya subjek berasal dari dekat

klenteng. Subjek menyatakan bahwa dirinya sudah tinggal di panti jompo tersebut selama kurang lebih 3.5 bulan lamanya. Subjek mengatakan bahwa kegiatan sehari-harinya adalah menjadi guru bahasa Mandarin dan Indonesia, tidur, mandi, keramas, makan, dan berbincang-bincang dengan Oma lainnya yang ada di panti. Dalam melakukan kegiatannya terutama mandi, subjek dibantu oleh perawat yang bekerja di panti tersebut, namun untuk makan subjek dapat melakukannya sendiri. Subjek juga mengungkapkan bahwa jam tidur tidak menentu.

Perasaan yang dirasakan subjek TN ketika menetap di panti tersebut adalah bosan, dirinya ingin di rumah saja agar dapat mencari uang. Subjek juga menambahkan bahwa dirinya biasa menjadi pengajar bahasa Mandarin, maka dari itu ketika tinggal di panti subjek merasakan bosan. Subjek menceritakan kejadian di masa lampau bahwa dirinya pernah jatuh yang mengenai kepalanya kemudian hal tersebut menyebabkan kepalanya berdarah, akhirnya membuatnya mengalami kesulitan dalam berjalan dan tiba-tiba dirinya tersadar bahwa sudah tinggal di panti jompo. Subjek mengungkapkan bahwa dirinya mengetahui panti jompo ini dari saudaranya.

PEMBAHASAN

Apabila dilihat dari kegiatan sehari-harinya, subjek TT mampu memilah dan menyeleksi kegiatan yang akan dilakukannya sesuai dengan kemampuan fisiknya, seperti berjalan-jalan di sekitar panti, menonton TV, mengobrol, berinteraksi dengan lansia, dan sebagainya. Dalam melakukan kegiatannya, terdapat berbagai kegiatan yang masih bisa dilakukan oleh subjek sendiri, adapula yang masih dibantu oleh orang lain. Kegiatan seperti mandi, subjek tidak mampu melakukannya sendiri dan dibantu oleh perawat yang bekerja di panti tersebut. Kegiatan yang masih mampu

dilakukan oleh subjek sendiri adalah makan. Subjek mampu makan sendiri tanpa ada bantuan dari perawat maupun orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memenuhi pada aspek *selection* atau orientasi perilaku yang dilakukan oleh lansia dalam memilih tujuan hidup meskipun adanya keterbatasan fisik karena proses penuaan. Selanjutnya jika ditinjau dari aspek *optimization* atau perencanaan kegiatan yang memungkinkan subjek dalam melakukan tugas perkembangan. Karena kondisi subjek yang juga semakin melemah dan mudah lelah, hal yang dilakukan subjek sehari-hari adalah berinteraksi, menonton TV, makan, dan tidur. Subjek tidak melakukan atau menekuni suatu keterampilan yang mereka miliki sebelumnya. Maka dapat disimpulkan bahwa subjek tidak mengalami *successful aging* pada aspek *optimization*. Pada aspek *compensation* atau aspek yang menjelaskan suatu kegiatan yang mampu dilakukan dalam mengolah sumber yang sudah ada, sehingga dapat memberikan kompensasi untuk menemukan tujuan hidup. Subjek tidak merasa malu dan masih mau jika dalam kegiatannya subjek masih dibantu oleh orang lain. Hal ini dapat dilihat dari kegiatan subjek ketika mandi atau mencuci bajunya yang masih dibantu oleh perawat panti.

Jika ditinjau dari faktor yang memengaruhi *successful aging* menurut Kahn (dalam Nindialoka, 2017) terdapat genetik, pendidikan, *self-efficacy*, dan gaya hidup, dukungan sosial, aktif secara sosial, dan respon terhadap stres. Jika dikaitkan, subjek hanya memenuhi pada faktor gaya hidup, dukungan sosial, dan aktif secara sosial. Pada gaya hidup subjek memiliki gaya hidup yang teratur, seperti jam makan, mandi, serta bangun tidur. Berbagai kegiatan sudah disusun dalam waktu yang teratur oleh pengurus dan perawat yang ada di panti, maka subjek tetap dapat menjalani aktivitasnya sesuai *rundown* yang

sudah ditentukan. Pada sisi dukungan sosial, subjek memperoleh dukungan sosial dari teman dan para pengurus. Subjek masih melakukan interaksi dengan baik dengan para lansia lainnya di panti dan didukung juga oleh perawat dalam menjalani kegiatan sehari-hari, karena perawat yang ada di panti tersebut bekerja dengan baik dan sangat perhatian pada para lansia. Kemudian untuk faktor aktif secara sosial, subjek masih aktif melakukan kegiatan secara sosial di masa tua dengan tetap menjalin serta berinteraksi dengan para lansia lainnya dan masih melakukan kegiatan keagamaan, yakni doa Rosario yang sudah dijadwalkan setiap hari Rabu di panti. Subjek tidak memenuhi pada faktor *self-efficacy* karena memiliki keyakinan bahwa dirinya sudah tidak mampu melakukan kegiatan yang sebelumnya dilakukan karena keterbatasan fisik dan faktor kesehatan.

Tugas perkembangan lansia menurut Havighurst (dalam Nurhayati, 2018) terdapat enam tugas. Pada subjek hanya melakukan tugas menyesuaikan diri dengan peran sosial secara aktif, seperti tetap melakukan doa bersama. Kemudian tugas perkembangan lansia lainnya yang juga tetap dikerjakan oleh subjek adalah melakukan interaksi dengan kawan yang memiliki umur yang kurang lebih sama. Subjek juga melakukan tugas perkembangan lansia lainnya, yakni menyesuaikan kekuatan fisik dan kesehatan yang mulai melemah yang ditunjukkan dengan subjek yang hanya melakukan kegiatan yang masih berada dalam kemampuannya, seperti menonton TV dan berinteraksi dengan Oma lainnya. Maka dapat disimpulkan subjek melakukan setidaknya tiga dari enam tugas perkembangan lansia.

Pada kesehariannya, subjek TT dihormati oleh pihak panti jompo yang hal ini dapat ditunjukkan dengan perlakuan baik yang dilakukan perawat panti yang senantiasa menjaga dan mendampingi aktivitas yang

dilakukan oleh subjek. Hal tersebut juga dapat dikaitkan dengan kehidupan dalam masyarakat Jawa mengenal istilah "*urmat*", atau dalam bahasa Indonesia memiliki arti "hormat" dan menandakan bahwa masyarakat Jawa menganut paham relasi sosial yang bersifat hierarki.

Selanjutnya pada subjek WT, ia mampu menyeleksi kegiatan sesuai dengan kemampuan dan mempertimbangkan adanya kemunduran fisik. Dalam melakukan kegiatan, subjek akan melakukannya sendiri tanpa meminta bantuan dari orang lain saat ia merasa mampu. Misalnya ketika makan subjek tidak disuapi oleh perawat yang ada di panti jompo. namun ketika subjek merasa tidak mampu untuk melakukannya, ia akan meminta bantuan kepada orang lain. Subjek dibantu orang lain dalam menyuci pakaian dan ketika mandi. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek mengalami *successful aging* pada aspek *selection*. Pada aspek *optimization* dimana lansia memungkinkan untuk melakukan tugas perkembangan yang dapat mengurangi resiko. Disini subjek merasa bahwa usia yang semakin tua membuat tubuhnya melemah sehingga merasa kesulitan saat akan melakukan sesuatu. Subjek masih mampu berjalan menggunakan alat bantu dan merasa masih mampu dalam bekerja. Lalu ada aspek *compensation* yang merupakan hal-hal yang dapat membantu lansia dalam menemukan tujuan dalam hidup yang kemudian memberikan kompensasi yang tepat. Dalam hal ini, *compensation* subjek terlihat saat subjek mengatakan bahwa ia tidak merasa malu saat ia harus menerima bantuan dari orang lain karena memang ia membutuhkan bantuan. Bantuan tersebut misalnya ketika ia harus dimandikan oleh perawat yang ada di panti jompo. akan tetapi, saat subjek merasa masih mampu ia akan melakukannya sendiri. Dari uraian pembahasan diatas dapat diketahui bahwa subjek ini mengalami

successful aging di masa lansianya yang tinggal di panti jompo.

Tugas perkembangan yang dilakukan oleh subjek jika meninjau dari teori yang dikemukakan oleh Havighurst (dalam Nurhayati, 2018) yaitu melakukan peran sosial secara efektif, seperti tetap melakukan kegiatan yang dilakukan dipanti dengan para lansia lainnya. Subjek tetap menjalin interaksi dengan kawan dipanti dengan cara mengobrol dan menonton TV bersama. Subjek juga melakukan tugas perkembangan lainnya, yakni menyeleksi kegiatan mana yang masih mampu untuk dilakukan dan mana yang tidak. Dengan kemampuan yang masih dimilikinya tersebut, subjek akan melakukan kegiatannya tanpa meminta bantuan dari orang lain. Maka dapat disimpulkan subjek melakukan setidaknya tiga dari enam tugas perkembangan lansia.

Pada faktor yang memengaruhi *successful aging* menurut Kahn (dalam Nindialoka, 2017) yang ada pada diri subjek terdapat faktor *self efficacy* karena subjek memiliki keyakinan dalam dirinya bahwa masih mampu untuk melakukan beberapa kegiatan bahkan untuk bekerja. Lalu ada faktor gaya hidup sebab subjek tetap menjalani pola hidup yang teratur pada kesehariannya, seperti mandi, makan, bangun tidur, dan doa bersama secara teratur. Subjek juga memperoleh dukungan sosial dalam menyelesaikan masalah secara lebih efektif seperti adanya bantuan dari perawat dipanti ketika subjek membutuhkan bantuan. Kemudian subjek aktif secara sosial, seperti tetap melakukan kegiatan keagamaan bersama dengan lansia lainnya di panti. Subjek juga memenuhi faktor lainnya, yaitu pada respon terhadap stress, Subjek mampu mengatasi rasa bosan yang dimilikinya misalnya ketika subjek merasa tidak menyukai menu makanan dipanti, ia akan keluar dan membeli makanan disekitar panti.

Dalam kebudayaan suku Jawa, masyarakat mengenal istilah "*urmat*", dimana masyarakatnya memiliki sikap menghormati terhadap seseorang yang lebih tua. Dalam hal ini, subjek juga mendapatkan penghormatan dari pihak panti jompo terbukti dengan diberikannya perawatan yang baik terhadap subjek.

Selanjutnya pada subjek TN mampu menyeleksi kegiatan yang sesuai dengan kapasitas diri atau kemampuan fisik, seperti makan dan berinteraksi dengan Oma lainnya. Dalam melakukan kegiatannya, terdapat hal yang masih bisa dilakukan oleh subjek sendiri dan adapula yang dibantu oleh orang lain atau perawat. Subjek masih mampu melakukan kegiatannya sendiri, seperti makan tanpa bantuan perawat, Namun apabila sudah di luar kapasitasnya, seperti mandi atau mencuci baju subjek mendapatkan bantuan. Subjek mengatakan bahwa kegiatan sehari-harinya adalah menjadi guru bahasa Mandari dan bahasa Indonesia, namun hal ini tidak dikonfirmasi kebenarannya oleh informan yang merupakan perawat yang bekerja di panti. Informan mengonfirmasi bahwa subjek dahulu adalah seorang penari di klenteng. Pada aspek selanjutnya, yakni *optimization* atau kemampuan dalam mengoptimalkan perencanaan atau keterampilan yang dimilikinya. Subjek ketika masih muda menekuni bidang tari. Subjek dahulu merupakan seorang pengajar tari di klenteng, namun karena semakin bertambahnya usia dan melemahnya keadaan fisik, subjek tidak lagi menekuni dan melanjutkan aktivitas dan keterampilannya menjadi seorang pengajar tari. Selanjutnya pada aspek *compensation* atau aspek yang menjelaskan suatu kegiatan yang mampu dilakukan dalam mengolah sumber yang sudah ada, sehingga dapat memberikan kompensasi untuk menemukan tujuan hidup. Subjek masih mau dan tidak merasa malu atau enggan jika

dalam kegiatannya subjek masih dibantu, hal ini terbukti dengan kegiatan subjek yang masih dibantu oleh perawat dan orang lain ada ketika mandi. Subjek merasa hal tersebut bukan masalah ketika masih harus dibantu dalam melakukan kegiatan oleh orang lain.

Tugas perkembangan yang dilakukan oleh subjek jika meninjau dari teori menurut Havighurst (dalam Nurhayati, 2018) melakukan peran sosial secara efektif, seperti tetap melakukan doa bersama dengan para lansia lainnya, kemudian subjek tetap berinteraksi dengan kawan yang memiliki umur kurang lebih sama. Subjek tetap menjalin interaksi dengan mengobrol, makan, dan menonton TV bersama. Subjek juga melakukan tugas perkembangan lainnya, yakni menyesuaikan kekuatan fisik dan kesehatan diri yang mulai melemah karena seiring dengan pertambahan umur subejek tidak lagi menjadi pengajar tari atau melakukan aktivitas yang melibatkan fisik secara aktif lainnya. Maka dapat disimpulkan subjek melakukan setidaknya tiga dari enam tugas perkembangan lansia.

Pada faktor yang memengaruhi *successful aging* menurut Kahn (dalam Nindialoka, 2017) yang ada pada diri subjek hanya gaya hidup sebab subjek tetap menjalani pola hidup yang teratur pada kesehariannya, seperti mandi, makan, bangun tidur, dan doa bersama secara teratur. Subjek juga memperoleh dukungan sosial dalam menyelesaikan masalah secara lebih efektif, seperti untuk kegiatan mandi subjek tidak lagi dapat melakukannya sendiri, namun terdapat perawat yang merawat dan membantu subjek dalam melakukan aktivitas yang tidak dapat dilakukannya lagi. Subjek juga memenuhi faktor lainnya, yaitu pada aktif secara sosial. Subjek aktif secara sosial, seperti tetap melakukan kegiatan keagamaan bersama dengan lansia lainnya di panti.

Pada kesehariannya, subjek ketiga diperlakukan secara hormat dan santun oleh

pihak yang bekerja di panti dimana hal ini dapat dibuktikan dengan subjek yang selalu diberi perhatian, dijaga, dan didampingi agar subjek dapat menikmati masa tuanya dengan aman dan nyaman oleh para perawat. Hal tersebut juga berkaitan dengan kehidupan dalam masyarakat Jawa mengenal istilah “*urmat*”, atau dalam bahasa Indonesia memiliki arti “*hormat*” yang biasanya ditunjukkan dengan sikap hormat pada yang lebih tua dan menandakan bahwa masyarakat Jawa menganut paham relasi sosial yang bersifat hierarki.

PENUTUP

SIMPULAN

Successful aging merupakan kondisi yang seimbang antara aspek emosi, spiritual, sosial, fisik, budaya, lingkungan, serta psikologis seorang manusia lanjut usia. Dapat ditarik kesimpulan bahwa dari ketiga subjek yang merupakan lanjut usia suku Jawa di Panti Griya Kasih Siloam, Kota Malang dalam penelitian ini, satu subjek berinisial WT berhasil dalam *successful aging* karena memenuhi ketiga aspek yaitu aspek *selection*, *compensation*, dan aspek *optimization*. Selain itu, subjek ini juga memiliki paling banyak faktor *successful aging* dari pada subjek yang lain, diantaranya *self efficacy*, gaya hidup yang teratur, dukungan sosia, aktif secara social, dan respon terhadap stress. Sedangkan dua subjek yang lainnya dengan inisial TT dan TN gagal dalam *successful aging* karena tidak memenuhi ketiga aspek dari *successful aging*.

DAFTAR RUJUKAN

- Bachri, Bachtiar S. 2010. Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Hanurawan, Prof. Dr. M.Si., M.Ed. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: PT RAJA GRAFINDO PERSADA

- Heriyanto. 2019. Thematic Analysis sebagai Metode Menganalisa Data untuk Penelitian Kualitatif. *ANOVA*. Vol 2(3): 317-324
- Hurlock. B . 2004. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Nindialoka, Hanum. 2017. *Dinamika Psikologis Proses Pencapaian Successful Aging pada Lansia Pensiunan*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Nurhyati, Ucik Nurul. 2018. *Loneliness pada Lansia*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Parama, Ryanti. 2016. *Hubungan Partisipasi Sosial dengan Kesepian pada Lansia*. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Putri, Iktiarini. 2017. *Successful Aging pada Lansia (Studi pada Lansia Budaya Jawa dan Madura)*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Santrock, John W dkk. *Life-Span Development*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Setyowati. 2011. *Pengelolaan Pembelajaran IPS Terpadu Berbasis Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) (Studi Situs di SMP Negeri 1 Wonogiri)*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Triana Sari, Mila, Dkk. 2017. Gambaran Kualitas Hidup Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur dan Lansia di Kelurahan PAAL V – Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. Vol 17(2): 178-183