



Peningkatan *Psychological Well-Being* Pada Lanjut Usia di UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember

Nurul Aini Hidayati^{1*}, Abdul Choliq²

¹ Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

² Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

*E-mail: aini17146@gmail.com

Keywords

Psychological Well-Being; Old Age; Social Service

Abstract

Old age is a phase that generally begins around the age of 60, marked by physical changes and often accompanied by a decline in memory. This issue will affect the lives of the elderly throughout their lifetime, leading to feelings of uselessness, lack of attention, a sense of isolation, and potentially becoming a burden to those around them. Based on field findings, 1 in 5 seniors requires periodic psychological improvement. Therefore, the Tresna Werdha Social Service in Jember Regency collaborates with psychiatrists. Seniors in need of psychological improvement receive continuous care because they may still struggle to accept their current condition. Psychological well-being is a form of individual psychological health based on positive psychological functions. This research uses a qualitative method with a descriptive approach, presenting and analyzing research materials obtained from interviews, observations, and documentation. The research findings indicate: 1. Psychological Well-Being in the elderly at the Tresna Werdha Social Service (PSTW) in Jember Regency has been addressed through planned and organized activities to improve their psychological well-being. 2. Challenges in enhancing the psychological well-being of the elderly at the Tresna Werdha Home in Jember Regency include the seniors' health, limitations of caregivers, the psychological condition of the elderly, and the decline in physical/motor skills of the elderly

Kata Kunci

Psychological Well-Being, Lanjut Usia, Pelayanan Sosial

Abstrak

Lanjut usia merupakan orang yang kira-kira mulai mengalami perubahan ketika diusia 60 tahun dengan ditandai adanya perubahan fisik dan sering pula dengan menurunnya daya ingat. Problematika tersebut akan mempengaruhi hidup golongan lanjut usia sepanjang hayatnya seperti merasa tidak berguna, kurang mendapat perhatian, merasa diasingkan dan akan hanya menjadi beban bagi orang yang berada di sekelilingnya. Berdasarkan temuan di lapangan, 1 diantara 5 lansia membutuhkan peningkatan psikologis secara berkala, sehingga UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember bekerjasama dengan dokter kejiwaan. Lansia yang membutuhkan peningkatan psikologis ini selalu diberikan perawatan secara terus menerus, dikarenakan lansia ini masih belum bisa menerima kondisi yang sedang dialaminya sekarang. Kesejahteraan psikologis merupakan bentuk kesehatan psikologis individu yang berdasarkan fungsi psikologis positif. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis pendekatan deskriptif karena dalam penyajiannya mendeskripsikan dan menganalisis bahan penelitian yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan 1). Psychological Well-Being pada golongan lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) di Kabupaten Jember telah dilakukan upaya peningkatan kondisi kesejahteraan psikologisnya melalui pemberian kegiatan secara



terencana dan terorganisir. 2). Kendala dalam meningkatkan psychological well-being golongan lanjut usia di Panti Tresna Werdha Kabupaten Jember meliputi kesehatan lansia, keterbatasan petugas, kondisi psikologis lansia, penurunan daya fisik/ motorik lansia.

Pendahuluan

Lanjut usia mengharapkan akan menjalani hidup dengan tenang, damai serta menikmati masa-masa lansia bersama anak dan cucu tercinta mereka dengan penuh kasih sayang, akan tetapi kenyataannya tidak semua golongan lansia merasakan hal tersebut. Problematika tersebut akan mempengaruhi hidup golongan lansia di sepanjang hayatnya seperti merasa tidak berguna, kurang mendapat perhatian, serta merasa diasingkan, sehingga mereka akan berpikir bahwa dirinya tidak ada lagi gunanya dan akan hanya menjadi beban bagi orang yang berada di sekelilingnya.¹

Indonesia merupakan negara akan memasuki era penduduk menua (ageing population) pada tahun 2020 jumlah lansia mencapai 28,7 juta atau setara dengan 11,34%. Dari tahun ke tahun jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia akan terus bertambah. Pada saat pertengahan tahun 2019 jumlah golongan lanjut usia mencapai 25 juta orang atau lebih dari 9% penduduk di Indonesia. Dan diprediksi persentase pada tahun 2035 terus meningkat jumlah lansia sekitar 16,5%. Data tersebut menggambarkan terjadi peningkatan jumlah golongan lanjut usia yang ada di Indonesia dari tahun ketahun.

Rentang kehidupan seseorang akan mengalami perubahan fisik dan psikologis. Psikologi perkembangan menjelaskan bahwa dalam diri manusia akan mengalami perubahan fisik. Perubahan fisik menjadi tua akan mudah dihindari segala bentuk penyakit dan juga mengalami kemunduran mental seperti menurunnya daya ingat.²

Lansia harus melewati beberapa tahap proses penuaan sebagaimana yang disebutkan oleh Maryam bahwa penuaan (*aging process*) dimulai dengan adanya proses biologis dan fisiologis dalam kehidupan seseorang dari lahir hingga sampai meninggal dunia. Proses perubahan yang sering terjadi pada tubuh umumnya dipengaruhi oleh faktor patologi. Oleh sebab itu teori biologis lebih menekankan bahwa perubahan struktural dari sel atau organ tubuh termasuk pengaruh agen patologis. Sedangkan teori psikologisnya menjelaskan lebih kepada respon seseorang terhadap perkembangannya. Pendapat lain diterangkan oleh Maslow bahwa proses penuaan merupakan kebutuhan dasar manusia dari tingkat yang paling rendah (kebutuhan biologis/fisiologi/sex, rasa aman, kasih sayang dan harga diri) sampai tingkat yang paling tinggi (aktualitas diri).³

Lansia merupakan tahap dari proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan lingkungan. Lansia adalah suatu keadaan yang ditandai dengan kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis dan akan mengalami proses hilang kemampuan jaringan.

¹ Akhmadi, "Permasalahan Lanjut Usia, dari <http://.G.326-permasalahan-lanjut-usialansia.html>, diakses pada tanggal 11 Januari 2022.

² Elizabeth B. Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan Cet. 2*. Jakarta: Erlangga. h.30

³ Alwisol. 2019. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Pers. h. 211

Upaya untuk terhindar dari hal tersebut sangat ditentukan oleh dirinya sendiri.

Dalam meningkatkan hak dan kebutuhan lanjut usia dimasukkan kedalam Undang-Undang Nomor 30 Tahun 1999 yang menyatakan tentang Hak Asasi Manusia yang berbunyi “ bahwa setiap warga negara yang sudah berusia lanjut, cacat mental akan memperoleh perawatan dan bantuan dari negara, khususnta untuk dapat memenuhi biaya hidup yang lebih layak sesuai dengan martabat kemanusiaannya, serta dapat meningkatkan rasa percaya diri, dan kemampuan berpartisipasi dalam berkehidupan di masyarakat yang layak.⁴

Lanjut usia yang sudah memiliki kebiasaan yaitu pandangan yang pada umumnya lebih konservatif atau kuno, tradisional, tidak kreatif, menolak inovasi, dan lebih berorientasi ke masa lalu.⁵ Sehingga surat keputusan yang dikeluarkan oleh Menteri Sosial RI nomor: HUK. 3-1-50/107 tahun 1971 menyatakan bahwa “Seseorang dinyatakan sebagai seorang jompo atau lanjut usia jika telah mencapai usia 55 tahun, serta tidak mempunyai kekuatan untuk menafkahi dirinya sendiri dan memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari dan hanya menerima nafkah dari orang lain atau keluarganya.⁶

Maka dalam hal ini menurut Ryff C.D menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kondisi psikologis individu yang sehat dengan ditandai berfungsinya aspek-aspek psikologis positif dalam berprosesnya pencapaian aktualisasi diri. Sehingga kesejahteraan psikologis menggambarkan karakteristik orang yang memiliki psikologis yang sejahtera. Rogers menggambarkan tentang hidup individu lansia dapat berfungsi penuh, sedangkan menurut Maslow menggambarkan tentang aktualisasi diri lansia merupakan kematangan individual.

Sehingga dalam meningkatkan *psychological well-being* pada golongan lansia yang terdapat di UPT PSTW bahwa lansia menyatakan sudah menerima keadaan di tempat UPT PSTW, karena kedua lansia tersebut diberikan peningkatan *psychological well-being* atau disebut kesejahteraan psikologis dengan menyediakan rumah huniaan yang terdiri dari beberapa kamar tidur, ruang makan, ruang anjang sana, kamar mandi, ruang ibadah bersama (musholla), makanan/minuman tiga kali sehari, serta memberikan pemeriksaan kesehatan yang berkala, memberikan bimbingan rohani, juga karyawan UPT PSTW mengajak lansia refreasing di sekitaran kecamatan puger, menyediakan televisi dan radio, dan memberikan kegiatan olah raga seperti senam terhadap penghuni lansia yang berada di lingkungan UPT PSTW dan juga memberikan kegiatan yang menghasilkan uang dengan membuat keterampilan seperti (kemucing, sapu lidi, bak sampah, taplak meja) maka kesejahteraan psikologis pada lansia terpenuhi dengan pihak UPT PSTW menyediakan kegiatan tersebut.

Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam mendapatkan dan menyusun hasil temuan,

⁴ Undang-undang nomor 39 tahun 1999 “tentang hak asasi manusia”.

⁵ Undang-undang nomor 13 tahun 1998 “kesejahteraan lanjut usia

⁶ Keputusan Menteri Sosial RI nomor 07/HUK/KEP/II/. Pola Dasar Pembangunan Bidang Kesejahteraan Sosial. h.97

peneliti dengan menggunakan jenis kualitatif dan dekriptif. Subjek penelitian adalah pegawai UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember, Pasien lanjut usia Panti Tresna Werdha Kabupaten Jember, dan 1 keluarga dari pasien lansia. Lokasi penelitian di Panti Tresna Werdha di Desa Kasiyan Kecamatan Puger Kabupaten Jember. Analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi.⁷ Sedangkan keabsahan data dengan menggunakan teknik triangulasi sumber yakni membandingkan dan mengecek data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu. Menguji kredibilitas data dengan cara mencari beberapa sumber.⁸ Selanjutnya peneliti melakukan pemilihan data yang sama dan berbeda untuk dianalisis, selanjutnya melakukan kesepakatan (*member check*) untuk mendapatkan kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

Pembahasan hasil temuan penelitian di lapangan tentang upaya untuk meningkatkan psychological well being pada lansia di UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember adalah sebagai berikut:

Kondisi *Psychological Well- Being*

Kondisi *psychological well- being* pada lanjut usia penghuni di PSTW dapat diketahui bahwa upaya PSTW dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lanjut usia tidak maksimal, namun demikian PSTW telah mengikuti prosedur yang telah ditetapkan dan sudah sesuai dengan tugas pokok dan fungsi (Tupoksi) sebagai pelayanan sosial bagi lansia miskin dan terlantar guna memenuhi kebutuhan dasarnya agar kesejahteraan psikologisnya meningkat. Pembinaan lansia diantaranya dengan melakukan peningkatan pengetahuan keagamaan dan mengamalkannya seperti bimbingan sholat dan ceramah agama. Selain itu, lansia juga difasilitasi dan dibimbing mengikuti kegiatan seni suara, puisi, rekreasi dan ketrampilan membuat kerajinan tangan yang merupakan bentuk pelayanan sosial untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya terhadap lansia sebagai kewajiban negara terhadap warga negara yang miskin dan terlantar.⁹

Pelayanan kesejahteraan psikologisnya kepada lansia secara efektif, PSTW melakukan pengamatan awal terhadap lansia untuk memperoleh informasi dan permasalahan yang dihadapi lansia dengan memberikan pertanyaan seputar kehidupan pribadinya. Sehingga Strategi yang dilakukan PSTW dalam rangka meningkatkan kesejahteraan sosial meliputi hal-hal sebagai berikut :

a) Meningkatkan Kesejahteraan Hidup

Dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis ke-5 subjek lansia di UPT Tresna Werdha dengan memberikan fasilitas pelayanan kesehatan berupa pengecekan secara berkala terhadap ke-5 subjek lansia. Selain itu fasilitas Kesehatan yang diberikan UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember bekerjasama dengan Puskesmas Puger dan Dokter dari salah satu Rumah Sakit di Jember. UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember

⁷ Hamid Patilima. 2010. *Metode penelitian Kualitatif*. Semarang: Raya Press. h.100-110.

⁸ Sugiyono, 2014, *Metode Penelitian Kuantitati Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta),h. 474

⁹ Luthf J. Kurniawan, *Negara Kesejahteraan dan Pelayanan Sosial*, Malang: Intrans Publishing, h 109

juga menyediakan tempat bagi lansia sesuai dengan produktif atau tidaknya lansia pada tempat tersebut. Ketika lansia tersebut berada pada usia yang produktif maka lansia tersebut berada di wisma, sedangkan bagi lansia yang berada pada usia yang kurang produktif berada di ruang perawatan khusus. Serta sesuai dengan Teori yang dikemukakan oleh Ryff, yaitu membahas mengenai dimensi kesejahteraan psikologis pada lansia mencakup penerimaan diri, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, dan otonomi. Beberapa tokoh memiliki pengertian masing-masing tentang kesejahteraan psikologis, menurut Wells mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah sebuah keadaan seseorang yang sehat psikologisnya dapat berpengaruh terhadap kehidupan yang positif serta pikiran positif akan membuat bahagia.

b) Meningkatkan Pengetahuan Agama

Subjek salah satu karyawan UPT Tresna Werdha dalam mengupayakan meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan memberikan pengetahuan agama terhadap lansia yang tinggal di UPT Tresna Werdha dengan cara memberikan bimbingan keagamaan secara rutin dengan melalui agenda ceramah dan sholat berjamaah di masjid. Sehingga subjek karyawan UPT Tresna Werdha dalam menciptakan kondisi kesejahteraan psikologis atau kesejahteraan sosialnya yang lebih baik bagi lansia, UPT PSTW dengan memberikan kegiatan keagamaan berupa: mengaji, sholat berjamaah dan juga ceramah agama dengan mengundang beberapa ustadz dari luar UPT PSTW. Gambaran kemandirian yang dialami oleh subjek sesuai dengan temuan peneliti lainnya atau penelitian terdahulu yaitu individu dalam menyakini nilai internal, serta dapat menentukan tujuan pribadi secara mandiri, dan memiliki kemampuan untuk mengatur serta mengevaluasi diri dalam berperilaku sesuai dengan standar pribadi.

c) Meningkatkan Seni Keterampilan

PSTW dalam melakukan peningkatan kondisi kesejahteraan sosial terhadap lansia melakukan penggalian potensi Seni Keterampilan yang dimiliki oleh lansia. Seni yang disediakan meliputi seni suara dengan mengundang pemain piano untuk mengiringi lansia bernyanyi dan juga ada yang membaca puisi. Untuk kegiatan keterampilan diarahkan pada pembuatan kerajinan tangan seperti taplak, sapu lidi, keset, kemuning yang hasilnya dijual ke tamu yang berkunjung ke PSTW.

Kendala dalam Membantu Meningkatkan *Psychological Well-Being* pada Lansia di UPT Tresna Werdha Kabupaten Jember

Dalam memberikan peningkatan kesejahteraan psikologis UPT Tresna Werdha bekerja sama dengan Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur untuk melakukan pelayanan kesejahteraan sosial terhadap lansia dengan berpedoman pada Peraturan Pemerintah Nomor 2 Tahun 2018 tentang Standar Pelayanan Minimal yang mengatur prioritas utama terpenuhinya kebutuhan dasar warga negara. Kendala tersebut harus diperbaiki dan diminimalisir agar dapat memberikan peningkatan kondisi kesejahteraan sosial pada lansia dan tidak mengalami kegagalan. Sehingga UPT PSTW telah diberi kewenangan oleh pemerintah untuk mengurus dan mengatur pelayanan terhadap lansia mulai dari melakukan perencanaan, pembiayaan sampai dengan implementasi untuk memenuhi kebutuhan lansia sebagai bagian dari warga negara, UPT PSTW dalam

melaksanakan tugas pelayanan peningkatan kesejahteraan psikologis tentu mengalami beberapa kendala. terdapat beberapa kendala yang dihadapi PSTW dalam meningkatkan kesejahteraan sosial yaitu :

a) Kesehatan Para Lanjut Usia

Kendala dalam melakukan pelayanan Kesehatan lansia ada yang mengalami penurunan daya ingat (dimensia) sehingga menyulitkan pelayanan kesehatannya. Selain itu jumlah petugas kesehatan yang terbatas tidak sebanding dengan jumlah penghuni lansia, juga belum tersedia sarana sepeda motor untuk mengontrol para lansia yang tersebar cukup luas di area PSTW. Kondisi ini menyebabkan pelayanan kurang optimal. Namun demikian, PSTW berusaha mengatasi kendala tersebut dengan mengoptimalkan kerja dari petugas karena menyangkut kemanusiaan. Menurut beberapa subjek lansia bahwa dalam melakukan pelayanan Kesehatan dalam melakukan pemeriksaan Kesehatan hanya sekilas melakukan pengecekan dan hanya memberikan obat jika lansia yang produktif sedang mengalami sakit di tempat wisma, dengan itu adanya pengecekan Kesehatan tidak rutin terhadap lansia yang produktif karena kurangnya petugas Kesehatan dan luasnya tempat UPT PSTW, sehingga petugas Kesehatan kewalahan karena banyaknya lansia yang berada di tempat UPT PSTW.

b) Gangguan Psikologis para Lansia

Melakukan meningkatkan psikologis pada lansia yang memiliki gangguan psikis, UPT PSTW memiliki kendala dalam pelayanan psikologis terhadap lansia dapat memberikan dampak negatif bagi lansia lainnya dan petugas karena kesulitan dalam mengontrol gangguan psikologisnya yang terjadi sewaktu-waktu. Sehingga lansia yang memiliki gangguan psikologisnya seharusnya berada di Ruang Penempatan Khusus (RPK) sehingga RPK terbatas maka sebagian lansia dengan gangguan psikologis ringan ditempatkan bersama lansia yang produktif dalam satu kamar sehingga dapat mengganggu lansia produktif. Serta PSTW tidak mempunyai tenaga khusus dari kalangan psikolog yang khusus menangani gangguan psikologis. Sehingga Lansia yang memiliki gangguan psikologis masih kurang mendapat bimbingan dari psikolog.

c) Keterbatasan petugas

Keterbatasan petugas membuat lansia akhirnya kurang terfasilitasi dengan baik. Misalnya petugas keagamaan (ustadz/ guru ngaji). Pada saat lansia sudah menunggu lama untuk belajar pendidikan agama, namun petugasnya tidak kunjung hadir. Situasi seperti kerap dialami oleh lansia, sehingga membuat lansia akhirnya malas mengikuti pengajian/ mendapatkan pendidikan agama.

d) Kondisi fisik/ motorik lansia

Kendala dalam meningkatkan seni keterampilan yang berdasarkan hasil observasi bahwa dalam melakukan peningkatan seni keterampilan para lansia kurang cekatan karena usia sudah lanjut, kurang antusias dalam berlatih seni ketrampilan karena kondisi badan lemah, serta enggan dan malas mengikuti kegiatan ketrampilan seperti membuat kerajinan tangan berupa keset, sapu lidi, taplak meja dan kemucing. Mereka lebih memilih bercengkrama dengan teman sesama lansia di dalam kamar masing-masing.

UPT PSTW sendiri melakukan peningkatan kesejahteraan psikologisnya itu

sendiri dengan Teori yang dikemukakan oleh Ryff, yaitu membahas mengenai dimensi kesejahteraan psikologis pada lansia mencakup penerimaan diri, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, dan otonomi. Beberapa tokoh memiliki pengertian masing-masing tentang kesejahteraan psikologis, menurut Wells mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah sebuah keadaan seseorang yang sehat psikologisnya dapat berpengaruh terhadap kehidupan yang positif serta pikiran positif akan membuat bahagia. Seusai dengan dimensi yang dimiliki oleh Ryff C.D dalam Upaya yang dilakukan PSTW untuk meningkatkan kondisi kesejahteraan sudah sejalan dengan teori yang dikembangkan oleh Ryff C.D.¹⁰ yang menyatakan bahwa peningkatan kondisi kesejahteraan memiliki 6 (enam) dimensi yaitu:

a) *Self Acceptance* (Penerimaan Diri)

Penerimaan diri merupakan individu yang mau menerima diri sendiri apa adanya terhadap pengalaman masa lalu yang positif maupun yang negatif. Dengan memiliki penerimaan diri, dimungkinkan individu akan mempunyai sikap positif terhadap dirinya, sehingga sikap toleransi terhadap frustrasi (pengalaman negatif) semakin meningkat.

b) *Positive Relationship With Others* (Hubungan Positif dengan Orang Lain)

Hubungan positif dengan orang lain merupakan kemampuan individu untuk melakukan hubungan baik dengan orang lain yang didasari oleh kepercayaan, empati dan kasih sayang yang kuat. Semakin besar individu mempunyai hubungan positif dengan orang lain maka semakin kuat memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, mampu berempati dan mampu menyayangi sesamanya.

c) *Autonomy* (Otonomi)

Otonomi yang dimaksud disini adalah individu yang mampu menentukan nasib sendiri, mampu mengendalikan diri, dan mampu mengatur perilakunya. Individu yang memiliki otonomi tinggi akan mampu menentukan keputusan terbaik bagi dirinya dan mempunyai keinginan sesuai standar individu itu sendiri.

d) *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan)

Penguasaan lingkungan merupakan kemampuan diri sendiri untuk memilih lingkungan yang sesuai dengan dirinya. Individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang kuat mampu memiliki rasa menguasai, memilih dan menciptakan yang sesuai dengan kebutuhan dirinya.

e) *Purpose in Live* (Tujuan hidup)

Individu yang mempunyai pikiran positif pasti memiliki tujuan hidup, kehendak dan mengarahkan hidupnya pada tujuan tertentu yang diyakini dapat memberikan dampak positif bagi hidupnya.

f) *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi)

Pertumbuhan pribadi merupakan tingkat kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dirinya secara terus menerus. Kemampuan ini merupakan

¹⁰ Ryff, C.D, *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-being*. 1069–1081.

gagasan yang berasal dari dirinya untuk terus berkembang dan berupaya mengatasi gangguan dari luar dirinya. Sehingga teori dikembangkan Ryff. C.D di atas, jika dikaitkan dengan pelaksanaan dalam meningkatkan kesejahteraan hidup lansia nampak bahwa PSTW telah melakukan langkah-langkah yang sesuai dengan teori di atas antara lain yaitu :

1. PSTW memberikan peningkatan pengetahuan keagamaan dengan membimbing sholat berjamaah/sendiri dan mendatangkan penceramah agama secara periodik yang akan berdampak pada penyadaran penerimaan diri lansia apa adanya. Namun demikian, PSTW mengalami kendala karena sebagian lansia enggan dan tidak mau mengikuti kegiatan keagamaan karena kondisi mental tidak normal (dimensia) dan kesehatan menurun karena usia sudah tua (nyeri tulang) dan adanya rasa malas bawaan.
2. PSTW memberikan kesempatan lansia untuk bersosialisasi dengan sesama lansia agar tercipta hubungan yang positif dan seimbang yaitu melalui kegiatan senam bersama, sholat berjamaah, melakukan pembuatan kerajinan tangan bersama, menyanyi bersama dan menghadiri ceramah agama bersama. Namun demikian, ada sebagian lansia yang enggan mengikuti kegiatan tersebut karena kondisi mental tidak normal (dimensia) dan kesehatan menurun karena usia sudah tua (nyeri tulang) dan lebih memilih bercengkrama dengan sesama lansia di dalam kamar penampungan.
3. PSTW memberikan kebebasan atau otonomi kepada lansia untuk menentukan perilaku/nasib sendiri dengan cara mengarahkan dan menganjurkan untuk mengikuti kegiatan sosial seperti senam, kerja bakti, dan sholat berjamaah, bernyanyi bersama, belajar membuat kerajinan tangan untuk kebaikan lansia itu sendiri. Dalam hal ini nampak belum seluruh lansia mengikutinya karena kondisi mental tidak normal (dimensia) dan kesehatan menurun karena usia sudah tua (nyeri tulang) dan lebih memilih melakukan kegiatan di dalam kamar penampungan.
4. PSTW memberikan kesempatan kepada lansia untuk tinggal di PSTW selama mereka masih belum bisa mandiri dengan harapan akan tercipta lingkungan yang sesuai dengan kondisi lansia itu sendiri. Dalam hal ini, lansia lebih memilih tinggal di PSTW dari pada berkumpul bersama keluarga atau hidup terlantar karena di PSTW lingkungannya sesuai dengan individu lansia yaitu: ada teman bercengkrama yang sebaya, mendapat perhatian dan perawatan yang rutin, mendapat pangan/sandang yang cukup, ada bimbingan rohani yang rutin, dan ada kegiatan ketrampilan, sehingga hidupnya terasa terarah dan teratur, dimana kondisi ini tidak mereka dapatkan diluar PSTW.
5. PSTW memberikan kegiatan-kegiatan positif bagi lansia agar tumbuh tujuan hidupnya secara perlahan tapi pasti, diantaranya dalam bentuk kegiatan: peningkatan pengetahuan keagamaan melalui sholat berjamaah, ceramah agama secara periodik dan melatih rasa saling tolong menolong dan saling menghargai terhadap sesama lansia khususnya yang sekamar. Dalam hal ini sebagian besar lansia belum mengikutinya secara optimal karena enggan dan kondisi fisik untuk

bergerak/mobile menurun disebabkan bertambah usia (udzur), mereka cenderung lebih menyukai bercengkrama dengan sesama teman lansia sekamarnya.

6. PSTW memberikan latihan ketrampilan membuat kerajinan tangan yang produktif kepada seluruh lansia sesuai minatnya agar potensinya muncul dan berkembang secara perlahan. Dalam hal ini sebagian besar lansia belum mengikutinya secara optimal karena sebagian lansia sulit untuk diajak dan dilatih untuk membuat kerajinan tangan disebabkan kondisi fisik yang sudah menurun (nyeri tulang).

Teori Ryff C.D menjelaskan bahwa kondisi kesejahteraan akan terpenuhi bila individu memenuhi 6 (enam) dimensi yaitu: Mampu menerima diri apa adanya, Mampu melakukan hubungan baik dengan orang lain, Memiliki otonomi diri, Memiliki penguasaan lingkungan, Mempunyai tujuan hidup, dan ada pertumbuhan pribadi. Dari keenam dimensi yang dikemukakan Ryff. C.D sebagai syarat mencapai kondisi kesejahteraan, maka dari hasil observasi yang dilakukan peneliti ke lokasi huni lansia di PSTW, hasil wawancara dengan petugas PSTW dan lansia maka dapat disimpulkan bahwa dimensi kesejahteraan yang benar-benar terpenuhi yaitu : dimensi Penguasaan Lingkungan karena mereka (para lansia) di dilingkungan PSTW mendapatkan hal-hal yang dibutuhkan oleh lansia seperti perhatian, perawatan, asupan makanan, pakaian, tempat tinggal yang layak, kegiatan sosial, hiburan/rekreasi, teman sebaya, dan sebagainya, dimana kondisi tersebut tidak mereka dapatkan jika berada diluar PSTW, terlebih bagi lansia miskin dan terlantar.

Sementara lima dimensi yang lain belum sepenuhnya terpenuhi karena kondisi lansia dari awal sebelum masuk ke PSTW sudah mempunyai masalah pribadi yang belum bisa diselesaikan/diatasi oleh lansia itu sendiri dan keluarga atau masyarakat sekitarnya. Selain itu, sebagian lansia tidak mau atau enggan mengikuti kegiatan-kegiatan yang disediakan oleh PSTW untuk para lansia sebagai wahana untuk mencapai kesejahteraan yang maksimal karena kondisi kesehatan menurun disebabkan usia menua (nyeri tulang), dimensia dan beberapa lansia malas. Kegiatan-kegiatan itu antara lain : senam lansia, bimbingan sholat berjamaah, bimbingan agama dalam bentuk ceramah agama, seni suara/puisi, membuat kerajinan tangan dan rekreasi.

Dalam pencapaian terhadap kelima dimensi kesejahteraan tersebut menjadi kurang optimal. Kelima dimensi kesejahteraan tersebut yang belum terpenuhi secara optimal meliputi : penerimaan diri (kurang), hubungan baik dengan orang lain (kurang), otonomi diri (kurang), tujuan hidup (kurang) dan pertumbuhan pribadi (kurang)

Simpulan

Psychological Well- Being pada golongan lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) di Kabupaten Jember telah dilakukan upaya peningkatan kondisi kesejahteraan psikologisnya melalui pemberian kegiatan secara terencana dan terorganisir kepada lansia meliputi kegiatan-kegiatan a) Peningkatan kesehatan, b)

peningkatan psikologis, c) peningkatan pengetahuan agama, dan d) peningkatan potensi seni keterampilan. Kendala dalam upaya melakukan peningkatan kesejahteraan psikologis terhadap golongan lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Kabupaten Jember meliputi 1) Kesehatan lansia, 2) Gangguan Psikologis, 3) Keterbatasan Petugas, 4) Kondisi Fisik/ Motorik Lansia yang Menurun

Daftar Pustaka

- Alwisol, (2019). *Psikologi Kepribadian*. Cet.1, Universitas Muhammadiyah Malang: Pers.
- B. Hurlock, Elizabeth, (1998). *Psikologi Perkembangan*, Cet. 5. Jakarta: Erlangga.
- Creswell, J. W, (2010). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixe*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rosmala, dkk., (2019). *Statistik Penduduk lanjut Usia 2019* Badan Pusat Statistik
- Ryff, C.D., (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-being*. *Journal of Personality & Social Psychology*. Vol. 57, No.6, 1069–1081.
- Sugiyono, (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah, 172
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang *Kesejahteraan lanjut usia*, Pasal 1 ayat (2), www.bphn.go.id. diakses tanggal 15 Januari 2022.