

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Lanjut Usia**

##### **A.1. Definisi Lanjut Usia**

Menurut Santrock (2002), ada dua pandangan tentang definisi orang lanjut usia, yaitu menurut pandangan orang barat dan orang Indonesia. Pandangan orang barat yang tergolong orang lanjut usia adalah orang yang sudah berumur 65 tahun keatas. Sedangkan pandangan orang Indonesia orang lanjut usia adalah orang yang berumur 60 tahun keatas, karena pada umumnya di Indonesia dipakai sebagai usia maksimal kerja dan mulai tamapak ciri - ciri ketuaannya.

Masa dewasa akhir atau lanjut usia adalah periode perkembangan yang bermula pada usia 60 tahun yang berakhir dengan kematian. Masa ini adalah masa penyesuaian diri atas berkurangnya kekuatan dan kesehatan, menatap kembali kehidupan, masa pensiun dan penyesuaian diri dengan peran-peran sosial (Santrock, 2002).

Tahap usia lanjut adalah tahap dimana terjadi penuaan dan penurunan. Penurunan lebih jelas dan lebih dapat diperhatikan pada usia lanjut daripada pada usia tengah baya. Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel yang mengalami kapasitas fungsional. Pada manusia, penuaan dihubungkan dengan perubahan degeneratif pada kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, syaraf dan jaringan tubuh lainnya (Santrock, 2002).

Penuaan terbagi atas penuaan primer (*primary aging*) dan penuaan sekunder (*secondary aging*). Pada penuaan primer tubuh melemah dan mengalami

penurunan karena proses normal yang alamiah. Pada penurunan sekunder terjadi proses penuaan karena faktor-faktor ekstrinsik seperti lingkungan atau perilaku (Santrock, 2002).

Menurut Hurlock (1999), tahap terakhir dalam perkembangan dibagi menjadi usia lanjut dini (60 sampai 70 tahun) dan usia lanjut (70 tahun hingga akhir kehidupan). Orang tua muda atau usia tua (65 sampai 75 tahun) dan orang tua yang tua atau usia tua akhir (75 tahun keatas).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dari beberapa pendapat ahli masa dewasa akhir atau masa lanjut usia merupakan periode terakhir dalam rentang hidup manusia, dimulai pada usia 60 tahun dan 65 tahun. Namun dari pernyataan diatas pada umumnya banyak ahli berpendapat bahwa masa lanjut usia dimulai pada usia 60 tahun, sehingga menurut penulis masa lanjut usia dimulai pada usia 60 tahun keatas.

### **A.2. Batasan Umur Lanjut Usia**

Batasan-batasan umur lanjut usia menurut WHO dalam Nugroho (2000), dikelompokkan menjadi 4, yaitu :

- a. Usia pertengahan (middle age), kelompok usia 45-59 tahun.
- b. Usia lanjut (elderly), antara 60-70 tahun.
- c. Usia lanjut tua (old), antara 70-75 tahun.
- d. Usia sangat tua (very old), diatas 90 tahun.

### **A.3. Klasifikasi Lanjut Usia**

Klasifikasi berikut ini adalah lima klasifikasi pada lanjut usia, menurut Depkes RI (2003) terdiri dari :

- a. Pralansia (prasenilis) yaitu seseorang yang berusia antara 45-59 tahun.

- b. Lansia yaitu seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih.
- c. Lansia resiko tinggi yaitu seseorang yang berusia 70 tahun atau lebih atau seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan.
- d. Lansia potensial yaitu lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan/atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang atau jasa.
- e. Lansia tidak potensial yaitu lansia yang tidak berdaya mencari nafkah, sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain.

#### **A.4. Tugas Perkembangan Lanjut Usia**

Tugas perkembangan usia lanjut lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang daripada kehidupan orang lain (Hurlock, 1999). Adapun tugas perkembangan lanjut usia, yaitu :

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga.
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.

#### **A.5. Proses Penuaan (*Aging Process*)**

Penuaan adalah normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Ini merupakan suatu fenomena yang kompleks multidimensional yang dapat diobservasi di dalam satu sel dan berkembang sampai pada keseluruhan sistem (Nugroho, 2000).

*Aging process* atau proses penuaan merupakan suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Menua adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan (*gradual*) kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti serta mempertahankan struktur dan fungsi secara normal, ketahanan terhadap cedera, termasuk adanya infeksi. Proses penuaan sudah mulai berlangsung sejak seseorang mencapai dewasa, misalnya dengan terjadinya kehilangan jaringan pada otot, susunan saraf, dan jaringan lain sehingga tubuh ‘mati’ sedikit demi sedikit. Sebenarnya tidak ada batasan yang tegas, pada usia berapa kondisi kesehatan seseorang mulai menurun. Setiap orang memiliki fungsi fisiologis alat tubuh yang sangat berbeda, baik dalam hal pencapaian puncak fungsi tersebut maupun saat menurunnya.

Pengaruh proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah, baik secara biologis, mental, maupun ekonomi. Semakin lanjut usia seseorang, maka kemampuan fisiknya akan semakin menurun, sehingga dapat mengakibatkan kemunduran pada peran-peran sosialnya (Azizah, 2011). Oleh karena itu, perlu membantu individu lanjut usia untuk menjaga harkat dan otonomi maksimal meskipun dalam keadaan kehilangan fisik, sosial dan psikologis.

#### **A.6. Teori Penuaan**

Teori penuaan secara umum dapat dibedakan menjadi dua, yaitu teori penuaan secara biologi dan teori penuaan psikososial.

##### **a. Teori Penuaan Biologi :**

##### **1. Teori Genetik (*Genetic Theory/Genetic Lock*).**

Teori ini menjelaskan bahwa dalam tubuh terdapat jam biologis yang mengatur gen dan menentukan proses penuaan. Teori ini menyatakan

bahwa menua itu telah terprogram secara genetik untuk spesies tertentu.

2. Teori Mutasi Somatik (*Somatic Mutatie Theory*).

Menurut teori ini penuaan terjadi karena adanya mutasi somatik dari lingkungan yang buruk. Terjadi kesalahan dalam proses transkripsi DNA atau RNA dan dalam proses translasi RNA protein atau enzim. Kesalahan ini terjadi terus-menerus sehingga akhirnya terjadi penurunan fungsi organ.

3. Teori Penurunan Sistem Imun Tubuh (*Immunology Slow Virus Theory*).

Sistem imun menjadi efektif dengan bertambahnya usia dan masuknya virus ke dalam tubuh dapat menyebabkan kerusakan organ tubuh.

4. Teori Kerusakan Akibat Radikal Bebas (*Free Radical Theory*).

Radikal bebas dapat berbentuk di alam bebas, tidak stabilnya radikal bebas (kelompok atom) mengakibatkan oksidasi oksigen bahan-bahan organik seperti karbohidrat dan protein. Radikal ini menyebabkan sel-sel tidak dapat regeneratif.

5. Teori Rantai Silang (*Cross Link Theory*)

Sel-sel yang menua, reaksi kimianya menyebabkan ikatan yang kaku, khususnya jaringan kolagen. Ikatan ini menyebabkan kurangnya elastis, dan hilangnya fungsi.

## b. Teori Penuaan Psikososial

### 1. Aktivitas atau Kegiatan (*Activity Theory*)

- a. Teori ini menyatakan bahwa pada lanjut usia yang bahagia adalah mereka yang aktif dan ikut banyak dalam kegiatan sosial.
- b. Ukuran optimum (pola hidup) dilanjutkan pada cara hidup dari lanjut usia.
- c. Mempertahankan hubungan antara sistem sosial dan individu agar tetap stabil dari usia pertengahan ke lanjut usia.

### 2. Kepribadian Berlanjut (*Continuity Theory*)

Pada teori ini menyatakan bahwa perubahan yang terjadi pada seseorang yang lanjut usia sangat dipengaruhi oleh tipe *personality* yang dimilikinya.

### 3. Teori Pembebasan (*Disengagement Theory*)

Cumming dan Henry (dalam Nugroho, 2000) mengatakan bahwa dengan bertambahnya usia, seseorang secara berangsur-angsur mulai melepaskan diri dari kehidupan sosialnya. Keadaan ini mengakibatkan interaksi sosial lanjut usia menurun, baik secara kualitas maupun kuantitas sehingga sering terjadi kehilangan ganda (*triple loss*) yaitu:

- a. Kehilangan peran (*loss of role*)
- b. Hambatan kontak sosial (*restraction of contacts and relationships*)
- c. Berkurangnya komitmen (*reduced commitment to social mores and value*)

### **A.7. Permasalahan Yang Terjadi Pada Lanjut Usia**

Penuaan adalah proses penurunan perlahan-lahan kemampuan jaringan tubuh, memperbaiki, mengganti serta mempertahankan struktur dan tinggi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jasas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan (Nugroho, 2000).

Permasalahan yang sering dialami oleh lanjut usia adalah :

- a. Kemunduran dibidang fisik-biologis yang dapat mengakibatkan penurunan peranan-peranan sosialnya. Hal ini mengakibatkan timbulnya gangguan di dalam hal dalam kebutuhan hidupnya sehingga dapat mengakibatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain.
- b. Kemunduran mental dapat menyebabkan kesibukan sosialnya semakin berkurang yang dapat mengakibatkan berkurangnya interaksi dengan lingkungannya sehingga dapat memberikan dampak pada kebahagiaan seseorang.
- c. Bagi usia lanjut yang mempunyai kemampuan untuk bekerja dapat timbul masalah bagaimana memfungsikan tenaga dan kemampuan mereka tersebut di dalam situasi keterbasan kesempatan kerja.
- d. Masih ada lanjut usia dalam keadaan terlantar, selain itu tidak mempunyai bekal hidup dan penghasilan, mereka juga tidak mempunyai keluarga.
- e. Sebagian besar lanjut usia yang berada di lingkungan masyarakat industri ada kecenderungan mereka kurang dihargai sehingga mereka terisolir dari kehidupan masyarakat.
- f. Karena kondisi, lanjut usia memerlukan tempat tinggal atau fasilitas perumahan yang khusus.

### **A.8. Perubahan-perubahan yang Terjadi Pada Lanjut Usia**

Individu yang memasuki masa lanjut usia mengalami perubahan-perubahan sebagai berikut (Nugroho, 2000) :

#### **1. Perubahan Fisik**

Perubahan fisik yang terjadi sewaktu memasuki usia tua antara lain :

##### **a. Perubahan Sel**

Sel menjadi lebih sedikit jumlahnya dan ukurannya menjadi lebih besar, berkurangnya jumlah cairan tubuh dan berkurangnya cairan intraselular, jumlah sel otak menurun, terganggunya mekanisme perbaikan sel.

##### **b. Sistem Persarafan**

Berat otak menurun 10 - 20 % cepatnya menurun hubungan persarafan, lambat dalam merespon dan waktunya untuk bereaksi khususnya dengan stres.

##### **c. Sistem Pendengaran**

Presbiakusis, membran tympani atrofi menyebabkan autosklerosis, terjadi pengumpulan serumen dapat mengeras karena meningkatnya keratin, pendengaran bertambah menurun.

##### **d. Sistem Penglihatan**

Sfingter pupil timbul sklerosis dan hilangnya respon terhadap sinar, kornea berbentuk sferis, lensa lebih suram, dan menyebabkan katarak.



e. Sistem Kardiovaskuler

Elastisitas dinding aorta menurun, katub jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun 1 % pertahun setelah berumur 20 tahun, kehilangan elastisitas pembuluh darah.

f. Sistem Respirasi

Otot-otot pernafasan kehilangan kekuatan dan menjadi kaku, menurunnya aktifitas dari silia, paru kehilangan elastisitas, alveoli ukurannya melebar dari biasanya dan jumlah berkurang, oksigen pada arteri menurun.

g. Sistem Gastrointestinal

Kehilangan gigi, indera pengecap menurun, esophagus melebar, rasa lapar menurun, asam labung menurun, waktu pengosongan asam lambung menurun, peristaltik melemah.

h. Sistem Muskulusskeletal

Tulang kehilangan cairan dan makin rapuh, kiosis, discus intervertebralis, menipis dan menjadi pendek, persendian membesar, atropi serabut-serabut otot.

2. Perubahan Psikososial

Lanjut usia mengalami perubahan psikososial dalam hal penampilan peran, tanggung jawab, dan sosialisasi. Lanjut usia merasakan atau sadar akan kematian, individu mengalami kesepian akibat pengasingan dari lingkungan sosial, kehilangan, hubungan teman dan keluarga, terjadi perubahan dalam ekonomi sebagai akibat dari pemberhentian jabatan (Nugroho, 2000).

### 3. Perubahan Psikologi

Perubahan kepribadian yang drastis, keadaan ini jarang terjadi namun yang lebih sering berupa ungkapan yang tulus dari perasaan seseorang, kekakuan mungkin karena faktor lain seperti penyakit-penyakit. Kemunduran terjadi pada tugas yang membutuhkan kecepatan, terjadi perubahan pada daya membayangkan karena tekanan-tekanan dari faktor waktu. Contoh : anxietas, stres, depresi, delirium, dan insomnia (Nugroho, 2000).

## **B. Kebermaknaan Hidup**

### **B.1. Definisi Kebermaknaan Hidup**

Kebermaknaan hidup merupakan sesuatu yang dianggap penting dan berharga, serta memberikan nilai khusus bagi seseorang. Makna hidup bila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini dirasakan demikian berarti dan berharga (Bastaman, 2007).

Pengertian mengenai kebermaknaan hidup menunjukkan bahwa didalamnya terkandung juga tujuan hidup, yakni hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi. Bila makna hidup ini berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan menjadi bermakna dan berharga yang pada akan menimbulkan perasaan bahagia. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kebahagiaan adalah ganjaran atau akibat samping dari keberhasilan seseorang memenuhi makna hidup.

Frankl (dalam Bastaman, 2007) berpendapat seseorang yang memiliki makna hidup akan memiliki apa saja yang disebut dengan *a live prolonging or even a live saving effect*, yaitu pengaruh yang memberikan kekuatan untuk tetap

bertahan hidup karena keyakinan adanya makna di balik penderitaan yang dihadapinya.

Kebermaknaan hidup adalah seberapa tinggi individu menilai hidupnya bermaksud atau berarti Crumbaugh (dalam Makkita, 2011). Tasmara (dalam Makkita, 2011) mengemukakan bahwa kebermaknaan hidup merupakan seluruh keyakinan serta cita-cita yang paling mulia yang dimiliki seseorang.

Ancok (dalam Makkita, 2011) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah merupakan sebuah motivasi yang kuat dan mendorong orang untuk melakukan sesuatu kegiatan yang berguna. Hidup yang berguna adalah hidup yang terus memberi makna pada diri sendiri dan orang lain.

Menurut Bastaman (2007), jika individu tidak berhasil menemukan dan memenuhi makna hidupnya, biasanya menimbulkan frustasi *eksistensial*, dimana inividu merasa tidak mampu lagi dalam mengatasi masalah-masalah personalnya secara efisien, merasa hampa, tidak bersemangat dan tidak lagi memiliki tujuan hidup. Makna hidup adalah sesuatu yang oleh seseorang dirasakan penting, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya.

Makna hidup setiap orang bisa berbeda-beda dan tidak sama, berbeda pula dari waktu ke waktu, berbeda setiap hari bahkan jam. Oleh karena itu yang terpenting bukanlah makna hidup secara umum, melainkan makna khusus dari hidup seseorang pada suatu saat tertentu Frankl (dalam Schultz, 1991).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah suatu hal yang dianggap penting dan berarti bagi kehidupan seorang individu untuk memberi makna pada setiap kehidupannya, yang berfungsi sebagai

tujuan hidup, dimana setiap individu memiliki makna dan tujuan hidup yang berbeda-beda.

## **B.2. Dimensi Kebermaknaan Hidup**

Frankl (dalam Schultz, 1991) menyebutkan tiga aspek dari kebermaknaan hidup yang saling terkait satu sama lainnya, yaitu :

a. Kebebasan Berkehendak (*Freedom of Will*)

Frankl menentang pendirian yang memberi ciri kepada kondisi manusia, baik dari instink-instink biologis maupun konflik masa kanak-kanak yang dilekatkan pada kondisi kekuatan lain dari luar. Meskipun tunduk kepada kondisi-kondisi dari luar yang mempengaruhi kehidupan seseorang, namun setiap orang bebas memilih terhadap kondisi dari luar. Individu bebas mengambil sikap sendiri dalam menangani kondisi tersebut untuk mengatasi keadaan-keadaan dan nasib.

b. Kehendak Hidup Bermakna (*Will To Meaning*)

Kehendak untuk hidup bermakna merupakan keinginan manusia untuk menjadi orang yang berguna dan berharga bagi dirinya, keluarga, dan lingkungan sekitarnya. Semakin orang mampu mengatasi dirinya kepada suatu tujuan, maka akan semakin menjadi manusia sepenuhnya yang mampu memotivasi manusia untuk bekerja, berkarya dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya agar hidupnya berharga dan bermakna, hingga akhirnya akan menimbulkan kebahagiaan dan kepuasan dalam menjalani kehidupan.

c. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Makna hidup merupakan sesuatu yang dianggap penting, benar dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang. Dalam makna hidup terkandung pula tujuan hidup, yaitu hal-hal yang ingin dicapai dan dipenuhi dalam hidup.

### **B.3. Ciri-ciri Kebermaknaan Hidup**

Frankl (dalam Schultz, 1991) mengemukakan bahwa orang yang menghayati hidupnya bermakna menunjukkan kehidupan yang mereka jalani penuh dengan semangat, optimis, tujuan hidup jelas, kegiatan yang mereka lakukan lebih terarah dan lebih disadari, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, luwes dalam bergaul tetapi tidak terbawa atau kehilangan identitas diri, tabah apabila dihadapkan pada suatu penderitaan dan menyadari bahwa ada hikmah di balik penderitaan serta mencintai dan menerima cinta.

Berdasarkan beberapa pendapat yang dikemukakan oleh Frankl di atas, maka dapat disimpulkan ciri-ciri orang yang menemukan kebermaknaan hidupnya sebagai berikut :

- a. Kehidupannya penuh semangat atau optimis
- b. Memiliki tujuan hidup jelas yang berorientasi pada masa depan
- c. Memiliki kebebasan memilih tindakan mereka
- d. Bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya dan kontrol diri yang sadar
- e. Kegiatan yang mereka lakukan lebih terarah
- f. Tidak ditentukan oleh kekuatan-kekuatan di luar dirinya
- g. Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan
- h. Luwes dalam bergaul tetapi tidak sampai terbawa-bawa atau kehilangan identitas diri

- i. Dapat menemukan arti kehidupan yang cocok
- j. Tabah apabila dihadapkan pada suatu penderitaan dan menyadari bahwa ada hikmah dibalik penderitaan
- k. Komitmen terhadap pekerjaan
- l. Mampu memberi dan menerima cinta
- m. Mampu mengungkapkan nilai-nilai daya cipta, nilai-nilai pengalaman atau nilai-nilai sikap.

Frankl (dalam Bastaman, 2007) menjelaskan bahwa hidup tidak bermakna bukanlah suatu penyakit, melainkan semacam kondisi kehidupan manusia yang dapat menimbulkan gangguan, antara lain :

- a. Neurosis, ditandai dengan gejala bosan, hampa, putus asa, kehilangan minat dan inisiatif, kehilangan arti dan tujuan hidup, gairah kerja menurun.
- b. Sikap totaliter ditandai dengan senantiasa berbuat sesuatukarena orang-orang lain mengharapkannya berbuat seperti itu dan mereka bersedia menaatinya.
- c. Gaya hidup konformitas, ditandai oleh perbuatan yang semata-mata karena orang lain melakukannya, mudah sekali terbawa arus situasi.

#### **B.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup**

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang dibagi menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal (Bastaman dalam Makkita, 2011).

- 1. Faktor-faktor internal, meliputi : pola berfikir, pola sikap, konsep diri, corak penghayatan, ibadah dan kepribadian.

- a. Pola Berfikir. Kecenderungan berfikir seseorang (positif atau negatif) akan membawa pengaruh terhadap kehidupan psikisnya. Pola berfikir mempengaruhi suasana hati yang nantinya akan menentukan tindakan individu. Dari pola berfikir itu individu akan bertindak proaktif, agresif, pasif dan asertif yang akan memandang peristiwa yang dialami maupun keadaan dirinya dari sisi positif sehingga ia akan melakukan tindakan yang positif kemudian kebermaknaan hiduplah yang didapat.
- b. Pola Sikap. Frankl (dalam Schultz, 1991) mendefinisikan sikap sebagai organisasi yang bersifat menetap dari proses motivasional, emosional, perseptual dan kognitif mengenai beberapa aspek dunia individu. Sikap terhadap suatu objek, gagasan, pengalaman atau orang tertentu merupakan orientasi yang bersifat menetap dengan komponen-komponen kognitif, afektif dan perilaku. Komponen kognitif terdiri dari seluruh kognisi yang dimiliki seseorang mengenai objek sikap tertentu, fakta pengetahuan dan keyakinan tentang objek. Komponen afektif terdiri dari seluruh perasaan atau emosi seseorang terhadap objek terutama penilaian. Komponen perilaku terdiri dari kesiapan seseorang untuk bereaksi atau kecenderungan untuk bertindak terhadap objek.
- c. *Self Concept* atau *Self Image* (Konsep Diri). Konsep diri adalah gambaran individu mengenai dirinya sendiri. Konsep diri mempunyai subjektivitas tinggi. Konsep diri yang positif akan mewarnai cara pikir, pola sikap, corak penghayatan dan ragam perbuatan yang

positif, demikian pula sebaliknya. Contohnya, seseorang yang memandang dirinya mampu untuk menghadapi dan mengatasi penderitaan akan berusaha secara maksimal dan penuh optimisme.

- d. Corak Penghayatan atau Kepercayaan. Bagaimana individu meyakini dan menghayati kebenaran, kebajikan, keindahan, keadilan, keimanan dan nilai-nilai lain yang dianggap berharga. Dalam hal ini cinta kasih merupakan nilai yang sangat penting dalam mengembangkan hidup bermakna. Mencintai seseorang berarti menerima sepenuhnya keadaan orang yang dicintai seperti apa adanya serta benar-benar memahami kepribadiannya dengan penuh pengertian. Orang yang percaya pada Tuhan dan juga percaya kepada takdir akan meyakini bahwa setiap peristiwa atau kejadian ada hikmah ataupun tujuannya. Keyakinan seperti ini hanya akan berpengaruh sesaat terhadap emosinya. Orang dapat segera mengerti memahami dan percaya bahwa Tuhan selalu mentakdirkan yang terbaik bagi manusia, walaupun itu berwujud kegagalan dan kadang-kadang manusia tidak sanggup memahaminya. Kepercayaan kepada Tuhan ini tidak terlepas dari keimanan individu sebagai manusia dalam menjalani hidupnya.
- e. Ibadah. Dalam pengertian umum ibadah adalah segala kegiatan melaksanakan yang diperintahkan Tuhan dan mencegah diri dari hal-hal yang dilarang-Nya menurut ketentuan agama. Dalam pengertian lebih khusus ibadah adalah ritual untuk mendekatkan diri kepada Tuhan melalui cara-cara yang diajarkan dalam agama. Ibadah yang dilakukan dengan khusyu' sering menimbulkan perasaan tenteram,



mantap dan tabah, serta tidak jarang juga menimbulkan perasaan mendapat bimbingan dalam melakukan tindakan-tindakan penting. Menjalani hidup sesuai tuntunan agama memberikan corak penghayatan bahagia dan bermakna bagi seseorang.

- f. Kepribadian. Kepribadian, menurut Allport (1993) adalah organisasi dinamis dalam diri individu yang terdiri atas sistem psikofisik yang menentukan penyesuaian dirinya yang khas terhadap lingkungannya. Dari pengertian ini dapat dijabarkan kepribadian terdiri atas kecenderungan-kecenderungan menentukan, yang memainkan peran aktif dalam tingkah laku individu. Kepribadian bersifat individualis atau sangat subjektif, artinya tidak ada orang di dunia ini yang memiliki kepribadian sama walaupun dari anak kembar. Kepribadian menjadi jembatan individu dengan lingkungan fisik dan lingkungan psikologisnya. Kepribadian di sini mempunyai fungsi atau arti adaptasi dan menentukan individu dalam menghadapi masalah-masalahnya.
2. Faktor-faktor eksternal, meliputi : pekerjaan, pengalaman, hubungan keluarga, kebudayaan dan lingkungan sosial.
    - a. Pekerjaan. Individu dapat mengaktualisasikan dirinya dengan bekerja. Pekerjaan merupakan hal yang sangat berharga dan penting bagi individu yang mempunyai orientasi tinggi pada pekerjaan atau bagi individu yang bermoto pekerjaan adalah hidup. Kegiatan bekerja semata-mata hanya memberikan peluang dan kesempatan untuk mendapat makna. Makna dari kegiatan berkarya lebih terletak pada

sikap dan cara kerja dan hasilnya, dalam arti dedikasi dan cinta kerja serta kesungguhan dalam mengerjakannya akan menghasilkan karya-karya dengan kualitas terbaik sekaligus memberikan makna. Individu akan merasa kehilangan makna apabila ia tidak berkarya dan bekerja dengan hasil yang baik.

- b. Pengalaman-pengalaman. Individu selalu mendapatkan pengalaman-pengalaman yang menyenangkan maupun pengalaman-pengalaman yang menyedihkan. Pengalaman ini berkaitan erat dengan bagaimana seseorang memaknai hidupnya. Individu-individu yang sering mengalami hal-hal tragis akan menjadi orang yang kuat dan tegar dalam menghadapi kehidupan ini. Sebaliknya mereka yang jarang bahkan tidak pernah mengalami hal-hal tragis mempunyai kecenderungan menjadi individu yang berputus asa.
- c. Hubungan dalam keluarga. Hubungan keluarga mempunyai peran yang sangat besar dan berarti bagi diri individu. Hal ini berhubungan erat dengan bagaimana seseorang diterima, berperan dan dibutuhkan di dalam keluarganya. Individu yang diterima dengan baik dalam keluarga akan merasakan hidup yang penuh arti dan bahagia.
- d. Kebudayaan. Kebudayaan merupakan konsep akal dalam usaha manusia menyelaraskan hubungan-hubungannya dalam kehidupan sehingga dapat dibina keperluan-keperluan. Dalam pengertian lain kebudayaan merupakan cara berfikir dan cara merasa yang menyatakan diri dalam seluruh segi kehidupan sekelompok manusia yang membentuk masyarakat, dalam suatu ruang dan suatu waktu.

Kebudayaan merupakan aturan-aturan, nilai-nilai yang terdapat di dalam suatu masyarakat yang dijadikan suatu pedoman dalam kehidupan sehari-hari. Antara masyarakat yang satu dengan lainnya berbeda. Budaya ini dapat berubah seiring dengan perkembangan zaman yang ditandai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Bagi individu yang menjalankan filosofi ini dalam kehidupannya akan merasakan hidup yang penuh arti, karena ia mempunyai sifat penuh penerimaan baik dalam penderitaan atau dalam kebahagiaan. Namun bagi masyarakat dalam budaya lain, hal ini tidak dapat memberikan makna. Bahkan mungkin dapat membuat penderitaan semakin menjadi-jadi.

- e. Lingkungan sosial. Lingkungan sosial mempunyai peran yang sangat besar dan berarti bagi diri individu. Peran individu di lingkungannya begitu berpengaruh pada daya cipta, daya mobilitas, dan juga berpengaruh pada bagaimana ia dapat menerima orang lain di sekitarnya. Individu yang dapat berperan penuh dan diterima dengan baik oleh lingkungannya akan merasakan bahagia dan juga penuh semangat melakukan hal-hal untuk kemajuan lingkungan masyarakatnya.

### **B.5. Komponen Kebermaknaan Hidup**

Kesadaran akan pentingnya makna hidup manusia tidak muncul begitu saja, namun didukung oleh beberapa komponen. Bastaman (2007) mendeteksi adanya komponen yang menentukan berhasilnya perubahan hidup tidak bermakna menjadi bermakna, sebagai berikut :

1. Pemahaman Diri (*Self Insight*)

Meningkatnya kesadaran akan buruknya kondisi pada saat ini dan keinginan kuat untuk melakukan perubahan kearah kondisi yang lebih baik.

2. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Nilai-nilai penting dan sangat berarti bagi kehidupan pribadi seseorang yang berfungsi sebagai tujuan hidup yang harus dipenuhi dan pengarah kegiatan-kegiatannya.

3. Perubahan-perubahan Sikap (*Changing Attitude*)

Dari yang tidak tepat menjadi lebih tepat dalam menghadapi masalah, kondisi hidup, dan musibah.

4. Keikatan Diri (*Self Commitment*)

Terhadap makna hidup yang ditemukan dan tujuan hidup yang ditetapkan.

5. Kegiatan Terarah (*Directed Activities*)

Upaya yang dilakukan secara sadar dan sengaja berupa pengembangan potensi pribadi (bakat, kemampuan, dan keterampilan) yang positif serta pemanfaatan relasi antar pribadi untuk menunjang tercapainya makna tujuan hidup.

6. Dukungan Sosial (*Social Support*)

Hadirnya seseorang atau sejumlah orang yang akrab, dapat dipercaya dan selalu bersedia membantu pada saat-saat yang diperlukan.

## **B.6. Kebermaknaan Hidup Pada Lanjut Usia**

Lanjut usia (lansia) adalah segolongan manusia yang telah berusia lanjut. Adapun usia lanjut adalah suatu kejadian yang pasti akan dialami oleh semua

orang yang dikaruniai usia panjang atau mengalami proses menjadi tua. Terjadinya proses ini tidak bisa dihindari oleh siapapun namun manusia dapat berupaya untuk menghambatnya dengan tetap menjaga kesehatan fisik maupun mental. Pada masa ini seorang lansia akan menentukan seperti apa bentuk kehidupan yang akan mereka jalani, baik kehidupan yang baik maupun kehidupan yang buruk.

Lanjut usia yang memilih untuk memiliki kehidupan yang baik dan dapat memberikan manfaat bagi orang lain haruslah memiliki landasan untuk mencapai sebuah kehidupan yang bermakna. Landasan-landasan tersebut apabila berhasil dipenuhi oleh lansia akan menemukan sebuah tujuan hidup yang dapat memberikan kebahagiaan di setiap kehidupannya.

Kebermaknaan hidup yang baik pada lanjut usia, akan menunjukkan kebermaknaan hidupnya melalui adanya kebebasan berkehendak, memiliki kehendak hidup bermakna dan dapat memaknai hidupnya dengan baik. Adapun landasan-landasan mengenai kebermaknaan tersebut antara lain adalah :

1. Kebebasan Berkehendak (*Freedom of Will*)

Manusia memiliki kebebasan untuk menentukan sikap ketika berhadapan dengan berbagai situasi. Kebebasan ini bukan berarti bahwa manusia mampu membebaskan diri dari kondisi-kondisi biologis, psikologis maupun sosiologis, akan tetapi manusia mempunyai kebebasan untuk menentukan sikapnya terhadap suatu hal. Kebebasan ini membuat manusia mampu mengambil jarak bagi dirinya sendiri dan membuat manusia mampu untuk menentukan apa yang diinginkannya untuk kehidupannya. Kebebasan ini menuntut manusia untuk mampu mengambil tanggung jawab atas dirinya sendiri, sehingga mencegahnya dari kebebasan yang

bersifat kesewenangan. Pada tahap ini seorang lanjut usia memiliki kebebasan untuk menentukan apa yang akan dilakukan namun hal ini tidak bisa terhindar dari rasa tanggung jawabnya sebagai orang yang dianggap bijaksana dan di hormati oleh semua orang. Seseorang lanjut usia berhak memilih atau mengambil sikap yang paling di anggapnya bijaksana dan tidak merugikan orang lain.

## 2. Kehendak Hidup Bermakna (*Will To Meaning*)

Menurut Frankl, kehendak hidup bermakna merupakan motivasi utama manusia. Hasrat inilah yang memotivasi setiap orang untuk bekerja, berkarya dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya. Manusia selalu mencari makna-makna dalam setiap kegiatannya, sehingga kehendak untuk hidup bermakna ini selalu mendorong setiap manusia untuk memenuhi makna tersebut.

Seorang lanjut usia yang memiliki kehendak untuk memaknai kehidupannya akan merasa termotivasi untuk terus memberikan yang terbaik untuk sisa-sisa kehidupannya. Mereka mengisi kesehariannya dengan bekerja dan berkarya yang dapat memberikan manfaat bagi orang-orang disekitarnya sehingga dari hal tersebut mereka akan menemukan makna dari apa yang dilakukan.

## 3. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Bila hal itu berhasil dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia. Manusia akan kehilangan arti dalam kehidupannya sehari-hari jika tanpa makna hidup. Dalam makna hidup terkandung pula tujuan hidup manusia, sehingga antara keduanya tidak bisa dibedakan (Bastaman, 2007). Pada hasrat ini

apabila seorang lansia mampu menemukan makna dan tujuan dalam kehidupannya akan merasa berguna, berharga, dan berarti, namun sebaliknya bila hasrat ini tak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan yang dirasakan tidak bermakna.

Ketiga landasan ini merupakan hal yang harus dipenuhi oleh manusia lanjut usia demi menciptakan kebahagiaan dalam hidupnya. Lanjut usia yang hidupnya bermakna digambarkan sebagai orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaannya serta menjalaninya dengan tenang. Lanjut usia mampu untuk hidup mandiri tidak bergantung kepada keluarga dan orang lain, serta lanjut usia yang bermakna akan dihormati dan menjadi panutan bagi keluarga dan lingkungannya.

## **C. Dukungan Sosial**

### **C.1. Definisi Dukungan Sosial**

Pierce (dalam Baron dan Byrne, 2005) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, dan penghargaan yang diandalkan pada saat individu mengalami kesulitan. (Gottlieb, 2000) menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata, atau tindakan didapatkan karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Sarafino (2002) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu. Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Sarason (1990) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah adanya transaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan pada individu lain.

Baron dan Byrne (2005) mendefinisikan dukungan sosial merupakan kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman-teman dan keluarga individu tersebut. Taylor (2006) dukungan sosial sebagai informasi yang diterima dari orang lain bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai dan bernilai dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan saling dibutuhkan yang didapat dari orang tua, suami, atau orang yang dicintai, sanak keluarga, teman, hubungan sosial dan komunitas.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu dorongan atau bantuan nyata seperti kenyamanan, perhatian, penghargaan, serta hal-hal yang dapat memberikan keuntungan yang diberikan oleh orang-orang yang ada disekitar individu (pasangan, teman dekat, tetangga, saudara, anak, keluarga, dan masyarakat sekitar) kepada individu yang sedang mengalami kesulitan, agar individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan bernilai.

## **C.2. Dimensi Dukungan Sosial**

Orford (dalam Hayati, 2010) mengemukakan lima dimensi dari dukungan sosial, yaitu :

### **a. Dukungan Instrumental**

Adalah dukungan berupa bantuan dalam bentuk nyata atau dukungan material. Dukungan ini mengacu pada penyediaan benda-benda dan layanan untuk memecahkan masalah praktis. Misalnya seperti alat-alat kerja, buku-buku, meminjamkan atau memberikan uang dan membantu menyelesaikan tugas-tugas praktis.



b. Dukungan Informasional

Adalah dukungan berupa pemberian informasi yang dibutuhkan oleh individu. Dukungan ini dibagi ke dalam dua bentuk. Pertama, pemberian informasi atau pengajaran suatu keahlian yang dapat memberi solusi pada suatu masalah. Kedua adalah *appraisal support*, yaitu pemberian informasi yang dapat membantu informasi dalam evaluasi *performance* pribadinya. Dukungan ini berupa pemberian informasi, nasehat, dan bimbingan.

c. Dukungan Penghargaan

Adalah dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Dukungan ini dapat ditunjukkan dengan cara menghargai, mendorong, dan menyetujui terhadap suatu ide, gagasan atau kemampuan yang dimiliki oleh seseorang.

d. Dukungan Emosi

Adalah dukungan yang berhubungan dengan hal yang bersifat emosional atau menjaga keadaan emosi, afeksi atau ekspresi. Tipe dukungan ini lebih mengacu kepada pemberian semangat, kehangatan, cinta, kasih dan emosi, memberi perasaan nyaman dan membawa individu percaya bahwa seseorang dikagumi, dihargai, dicintai dan bahwa orang lain memberi perhatian dan rasa nyaman.

e. Dukungan Integrasi Sosial

Adalah perasaan individu sebagai bagian dari kelompok. Dukungan ini berupa menghabiskan waktu bersama-sama dalam aktivitas, juga melakukan rekreasi di waktu senggang. Dukungan ini dapat mengurangi stress dengan memenuhi kebutuhan afiliasi dan kontak dengan orang lain

membantu mengalihkan perhatian seseorang dari masalah yang mengganggu serta memfasilitasi suatu suasana hati yang positif, seperti membuat lelucon, membicarakan minat, melakukan kegiatan yang mendatangkan kesenangan.

### **C.3. Sumber-sumber Dukungan Sosial**

Sumber-sumber dukungan sosial Orford (dalam Hayati, 2010) terbagi menjadi 3 (tiga) kategori, yaitu:

- a. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu yang selalu ada sepanjang hidupnya, yang selalu bersama dan mendukungnya. Misalnya keluarga dekat, pasangan hidup (suami atau istri) dan teman-teman dekat.
- b. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sedikit berperan dalam hidupnya dan cenderung berubah sesuai dengan waktu. Sumber ini meliputi teman kerja, tetangga, sanak keluarga dan sepergaulan, anggota keagamaan, dan dimana individu tersebut berada.
- c. Sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan sosial dan memiliki peran yang sangat cepat berubah. Sumber dukungan yang dimaksud meliputi supervisor, tenaga ahli atau profesional dan keluarga jauh.

### **C.4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial**

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi apakah seseorang akan menerima dukungan sosial atau tidak (Santrock, 2010). Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah :

a. Faktor dari penerima dukungan (*Recipient*)

Seseorang tidak akan menerima dukungan sosial dari orang lain jika tidak suka bersosial, tidak suka menolong orang lain, dan tidak ingin orang lain tahu bahwa seseorang membutuhkan bantuan. Beberapa orang terkadang tidak cukup asertif untuk memahami bahwa sebenarnya membutuhkan bantuan dari orang lain, atau merasa bahwa seseorang seharusnya mandiri dan tidak mengganggu orang lain, atau merasa tidak nyaman saat orang lain menolongnya, atau tidak tahu kepada siapa harus meminta pertolongan.

b. Faktor dari pemberi dukungan (*Providers*)

Seseorang terkadang tidak memberikan dukungan sosial kepada orang lain ketika tidak memiliki sumberdaya untuk menolong orang lain, atau tengah menghadapi stres, harus menolong dirinya sendiri, atau kurang sensitif terhadap sekitarnya sehingga tidak menyadari bahwa orang lain membutuhkan dukungan darinya.

## **D. Fungsi Keluarga**

### **D.1. Definisi Keluarga**

Menurut Departemen Kesehatan (2007) keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal dalam satu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Spradley dan Allender (dalam Padila, 2012) mengemukakan satu atau lebih individu yang tinggal bersama, sehingga mempunyai ikatan emosional dan mengembangkan dalam ikatan sosial, peran dan tugas. Wall (dalam Padila, 2012) keluarga sebagai dua atau lebih yang disatukan oleh ikatan kebersamaan dan ikatan emosional serta mengidentifikasikan mereka sebagai bagian dari keluarga.

Friedman (dalam Padila, 2012) keluarga adalah dua atau lebih individu yang tergabung karena ikatan tertentu untuk saling membagi pengalaman dan melakukan pendekatan emosional, serta mengidentifikasi diri mereka sebagai bagian dari keluarga.

BKKBN (2007) keluarga adalah dua orang atau lebih yang dibentuk berdasarkan ikatan perkawinan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan hidup spiritual dan materiil yang layak, bertaqwa kepada Tuhan, memiliki hubungan yang selaras dan seimbang antara anggota keluarga dan masyarakat serta lingkungannya.

Dari beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keluarga adalah anggota yang terdiri dari dua atau lebih individu yang hidup bersama dan saling berinteraksi satu sama lain yang mempunyai tujuan menciptakan dan mempertahankan budaya, serta meningkatkan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial anggota.

## **D.2. Definisi Fungsi Keluarga**

Friedman (dalam Setiadi, 2008) fungsi keluarga adalah para anggota yang terdapat dalam satu keluarga bersepakat untuk saling mengatur diri sehingga memungkinkan berbagai tugas yang terdapat dalam keluarga secara efektif dan efisien. Kemampuan untuk mengatur dan atau melaksanakan pembagian tugas tersebut pada dasarnya merupakan salah satu faktor yang menentukan baik atau tidaknya fungsi yang dimiliki oleh satu keluarga.

Dari definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa fungsi keluarga adalah anggota yang terdiri dari dua atau lebih individu yang hidup bersama dan saling

berinteraksi satu sama lain yang bersepakat untuk mengatur diri sehingga memungkinkan berbagai tugas yang terdapat dalam keluarga.

### **D.3. Tipe Keluarga**

Macklin (dalam Padila, 2012), tipe keluarga meliputi :

a. Keluarga Inti (*Nuclear Family*)

Adalah keluarga yang dibentuk karena ikatan perkawinan yang direncanakan yang terdiri dari suami, istri, anak-anak baik karena kelahiran (natural) maupun adopsi.

b. Keluarga Asal (*Family of Origin*)

Merupakan suatu unit keluarga tempat asal seseorang dilahirkan.

c. Keluarga Besar (*Extende Family*)

Keluarga inti ditambah dengan keluarga yang lain (karena hubungan darah).

d. Keluarga Berantai (*Social Family*)

Keluarga yang terdiri dari wanita dan pria yang menikah lebih dari satu kali dan merupakan suatu keluarga inti.

e. Keluarga Duda atau Janda

Keluarga yang terbentuk karena perceraian dan atau kematian pasangan yang dicintai.

f. Keluarga Komposit (*Composite Family*)

Keluarga dari perkawinan poligami dan hidup bersama.

g. Keluarga Kohabitasi (*Cohabitation*)

Adalah dua orang yang menjadi satu keluarga tanpa pernikahan, bisa memiliki anak atau tidak.

h. Keluarga Inses (*Incest Family*)

Seiring dengan masuknya nilai-nilai global dan pengaruh informasi yang sangat dahsyat, dijumpai keluarga yang tidak lazim, misal anak perempuan menikah dengan ayah kandungnya, anak laki-laki menikah dengan ibu kandungnya, dll.

i. Keluarga Tradisional dan Nontradisional

Dibedakan berdasarkan ikatan perkawinan. Keluarga tradisional diikat oleh perkawinan misal ayah, ibu, anak dari hasil perkawinan, sedangkan keluarga nontradisional tidak diikat oleh perkawinan misalnya sekelompok orang yang tinggal di sebuah asrama.

#### **D.4. Dimensi Fungsi Keluarga**

Friedman (dalam Padila, 2012) mengidentifikasi lima fungsi dasar keluarga, yaitu :

a. Fungsi Afektif

Adalah fungsi internal keluarga untuk pemenuhan kebutuhan psikososial, saling mengasuh dan memberikan cinta kasih, serta saling menerima dan mendukung.

b. Fungsi Sosialisasi

Adalah proses pengembangan dan perubahan individu keluarga, tempat anggota keluarga berinteraksi sosial dan belajar berperan di lingkungan sosial.

c. Fungsi Reproduksi

Adalah fungsi keluarga meneruskan kelangsungan keturunan dan menambah sumber daya manusia.

d. Fungsi Ekonomi

Adalah fungsi keluarga untuk memenuhi kebutuhan keluarga, seperti sandang, pangan, papan.

e. Fungsi Perawatan Kesehatan

Adalah kemampuan keluarga untuk merawat anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan.

Tugas kesehatan keluarga menurut Friedman (dalam Padila, 2012) adalah sebagai berikut :

- a. Mengenal masalah kesehatan : kemampuan keluarga dalam mengetahui penyebab, tanda gejala, komplikasi, serta pencegahan suatu masalah kesehatan.
- b. Membuat keputusan tindakan kesehatan yang tepat : kemampuan keluarga mengambil keputusan untuk mengatasi suatu masalah kesehatan.
- c. Memberi perawatan pada anggota keluarga yang sakit : kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit dan upaya-upaya apa saja yang di lakukan untuk merawat anggota keluarga yang sakit.
- d. Mempertahankan atau menciptakan suasana rumah yang sehat : kemampuan keluarga dalam perawatan anggota keluarga yang sakit dengan cara merubah atau memodifikasi tempat tinggal.
- e. Mempertahankan hubungan dengan (menggunakan) fasilitas kesehatan masyarakat : kemampuan keluarga dalam memanfaatkan

pelayanan kesehatan misalnya puskesmas di lingkungan tempat tinggalnya.

### **E. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lanjut Usia**

Orang yang memasuki masa lanjut usia merupakan orang-orang yang berusia 60 tahun ke atas dan mengandung pengertian bahwa mereka dipandang sudah tidak mampu lagi melaksanakan tugas-tugasnya. Proses menua (*aging process*) adalah proses alami yang dihadapi manusia. Dalam proses ini, tahap yang paling krusial adalah tahap lanjut usia. Dalam tahap ini, pada diri manusia secara alam terjadi penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain.

Manusia usia lanjut perlu menjadwalkan dan menyusun kembali pola hidup sesuai dengan keadaan saat itu yang sering berbeda dengan apa yang dilakukan di masa lalu (Hurlock, 1999). Dimana manusia lanjut usia yang memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas, baik jangka pendek dan panjang, maka kegiatan-kegiatan merekapun menjadi terarah. Selain itu, mereka juga merasakan sendiri berbagai kemajuan-kemajuan yang telah mereka tercapai.

Tugas dan pekerjaan sehari-harinya bagi mereka merupakan sumber kepuasan dan kesenangan. Dimana tugas-tugas tersebut akan memberikan harapan yang realistis terhadap apa yang dikerjakan. Sehingga yang realistis akan membawa rasa puas pada diri seseorang dan berlanjut pada pemaknaan hidup.

Manusia lanjut usia membutuhkan bantuan untuk mendapatkan makna hidupnya kembali, yaitu dengan adanya dukungan sosial. Dukungan sosial dapat berupa dukungan instrumental (bantuan dalam bentuk nyata atau dukungan



material, pemberian informasi atau pengajaran suatu keahlian yang dapat memberi solusi pada suatu masalah, pemberian informasi, nasehat, dan bimbingan), dukungan informasional (pemberian informasi atau pengajaran yang dapat memberi solusi pada suatu masalah, pemberian nasehat, dan bimbingan), dukungan penghargaan (dukungan ditunjukkan dengan cara menghargai, mendorong, dan menyetujui, terhadap suatu ide, gagasan atau kemampuan yang dimiliki oleh seseorang bahwa dia dihargai dan diterima), dukungan emosi (pemberian semangat, kehangatan, cinta, kasih, dan emosi, memberi perasaan nyaman dan membawa individu percaya bahwa dia dikagumi, dihargai, dicintai, dan bahwa orang lain memberi perhatian dan rasa nyaman), dan dukungan integral sosial (menghabiskan waktu bersama-sama dalam aktivitas, dan melakukan rekreasi di waktu senggang).

Dukungan sosial menjadi sangat berharga dan akan menambah ketenteraman hidup setelah individu memasuki masa lanjut usia. Dukungan tersebut juga dapat menjaga kesehatan fisik maupun kejiwaan pada lanjut usia. Dengan begitu manusia lanjut usia tidak hanya bisa duduk diam, tenang, dan berdiam diri saja tetapi melakukan aktivitas-aktivitas yang lebih berguna bagi kehidupannya. Sehingga manusia lanjut usia akan jauh dari penyakit dan penderitaan yang itu dapat menyebabkan manusia lanjut menjadi cepat meninggal dunia.

#### **F. Hubungan Fungsi Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lanjut Usia**

Masa lanjut usia merupakan periode kemunduran, baik fisik maupun mental. Frankl (dalam Bastaman, 2007) menjelaskan bahwa orang yang dapat

memaknai hidup yaitu orang yang mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh gairah dan selalu optimis. Kebermaknaan hidup akan beriringan dengan rasa aman pribadi, rasa aman pribadi ini berkaitan dengan kemampuan untuk memandang suatu permasalahan secara berhati-hati dan dilihat dari berbagai sudut pandang untuk mengukur resiko-resiko yang dihadapi, serta untuk mengantisipasi kesulitan yang akan terjadi. Hal ini akan mendorong individu untuk percaya bahwa dia mampu menghadapi masalah-masalah dalam kehidupannya.

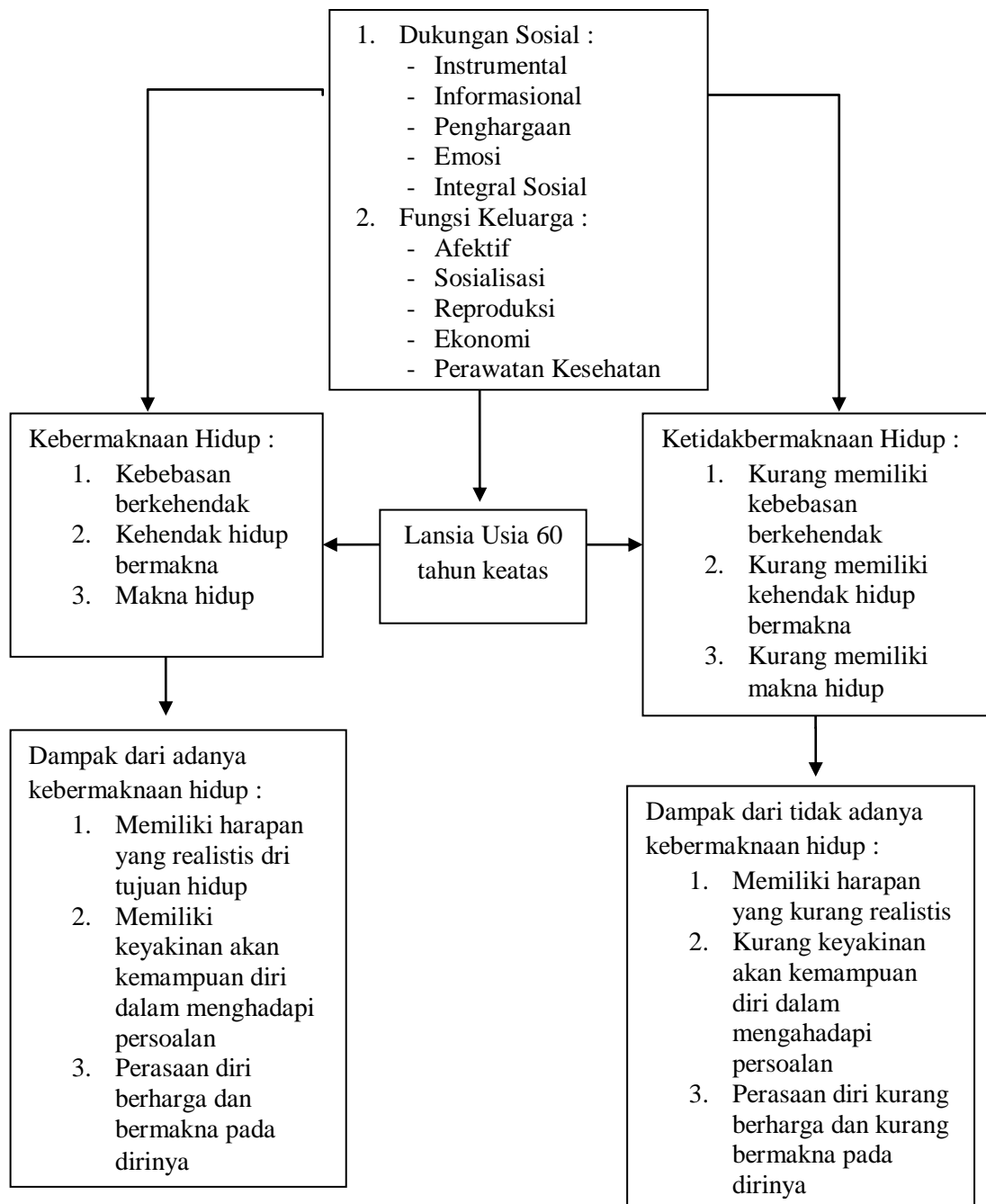
Hubungan keluarga mempunyai peran yang sangat besar dan berarti bagi diri lanjut usia. Hal ini berhubungan erat dengan bagaimana seorang lanjut usia diterima, berperan dan dibutuhkan di dalam keluarganya. Individu yang diterima dengan baik dalam keluarga, akan merasakan hidup yang penuh arti dan bahagia. Hal inilah yang menjadikan keluarga memiliki peranan penting dalam menjalankan fungsinya.

Keluarga memiliki lima fungsi dasar : fungsi afektif, fungsi sosialisasi, fungsi reproduksi, fungsi ekonomi, dan fungsi perawatan kesehatan. Bagi lanjut usia, fungsi afektif sangat dibutuhkan karena keluarga yang melaksanakan fungsinya akan memenuhi kebutuhan psikososial, saling mengasuh dan memberikan cinta kasih serta saling menerima dan mendukung. Terpenuhinya kebutuhan ini diasumsikan akan meningkatkan rasa bermakna dalam hidup lanjut usia.

Fungsi keluarga yang sehat akan menyebabkan kebermaknaan hidup anggota keluarganya menjadi baik. Penilaian dari kebermaknaan hidup dapat dinilai dari kebebasan berkehendak, kehendak hidup bermakna, dan makna hidup.

Bila fungsi keluarga tidak sehat maka akan dapat meningkatkan angka kesakitan dan angka kematian yang akhirnya akan menurunkan kebermaknaan hidup.

### G. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep Hubungan Dukungan Sosial dan Fungsi Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lanjut Usia

## **H. Hipotesa Penelitian**

Ada hubungan antara dukungan sosial dan fungsi keluarga dengan kebermaknaan hidup pada lanjut usia.