

Eksplorasi Dimensi-Dimensi Successful Aging: Studi Kasus pada Lansia Pensiunan Guru

Fitria Ariani¹, Nur Syahadani Putri²
Universitas Putra Indonesia YPTK Padang^{1,2}
e-mail: fitriaariani@upiyptk.ac.id¹, nursyahadaniputri@upiyptk.ac.id²

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 17 Mei 2023

Revisi: 13 November 2023

Disetujui: 1 Desember 2023

Dipublikasikan: 3 Desember 2023

Keyword

Successful Aging
Pensiunan

Abstract

This research aims to describe the experiences of the dimensions of achieving successful aging experienced by the elderly. The dimensions of achieving successful aging are characterized by the fulfillment of the physical, psychological, cognitive, spiritual, social and financial dimensions. The method used in this research is a descriptive qualitative method using a case study approach. Data sources in this research consist of primary and secondary data sources. Primary data was set on an elderly person with the initials S who was 70 years old. The informant is a retired teacher (school principal). Data collection techniques were carried out through interviews and in-depth observations of informants and verified through source triangulation, namely the informant's children. The results of this research show that successful aging experienced by elderly people is not only based on satisfaction with themselves, family, environment and finances, but is also influenced by the way the elderly pass through their youth and the spiritual strength possessed by the elderly.



Pendahuluan

Usia Lanjut adalah periode penutupan dalam rentang hidup seseorang. Masa ini dimulai dari umur 60 tahun sampai seseorang meninggal dunia, yang ditandai dengan adanya perubahan yang bersifat fisik dan psikologis yang semakin menurun (Marliani, R. : 2015). Penurunan kondisi akan dialami secara berangsur-angsur seiring bertambahnya usia. Proses penuaan adalah bagian alamiah dalam siklus kehidupan manusia. Menjadi tua dengan segenap keterbatasannya, pasti akan dialami oleh seseorang yang panjang umur. Berbagai kemunduran baik secara biologis, psikologis, dan sosiologis akan mulai sedikit demi sedikit dirasakan sehingga tidak dapat melakukan tugas sehari-hari lagi. Seseorang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan kondisi ini akan mengalami krisis percaya diri yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan. Seseorang yang menua cenderung menarik diri dari kehidupan sosial karena merasa sudah tidak berguna lagi. Begitupun dalam hal perekonomian. Seiring menurunnya kondisi fisik atau datangnya masa pensiun, kemampuan dan pendapatan menjadi berkurang akan mendorong munculnya frustrasi pada seseorang yang menua. Hal ini bisa terjadi jika menyikapi persoalan penuaan dengan sudut pandang dan penilaian diri yang negative.

Pada beberapa kasus, seseorang mampu mengatasi tantangan penuaan dengan cara yang positif dan produktif. Hal ini dikenal dengan istilah *successful aging*. *Successful aging* merupakan suatu kondisi dimana seorang lansia tidak hanya berumur panjang secara kronologis, tetapi juga berumur panjang dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial. Kondisi demikian sering disebut sebagai harapan hidup untuk tetap aktif (Suardiman:2011).

Havighurst (dalam Khairat, M.: 2017) menyatakan *successful aging* adalah sebuah kondisi dimana orang tua lanjut usia mengalami kepuasan hidup yang maksimal tanpa merasa punya

kerugian yang besar dalam masyarakat. Lansia memiliki pandangan yang positif akan diri dan kehidupannya di masa usia lanjut dan orang-orang yang berada di sekitarnya juga memiliki kepuasan. Perwujudan *successful aging* dirasa penting bagi setiap lansia agar terjadi peningkatan kualitas hidup di usia lanjut. Hal ini terkait dengan tingginya angka harapan hidup di Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa penduduk lansia Indonesia tahun 2022 memiliki persentase di atas 7%. Bahkan, ada delapan provinsi yang persentase penduduk lansianya sudah melebihi 10%. Jika pada angka ini lansia dapat berhasil di hari tuanya atau mencapai *successful aging*, maka hal ini akan memberikan kontribusi yang berarti dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Studi-studi sebelumnya menunjukkan bahwa faktor-faktor tertentu dapat mempengaruhi proses penuaan sukses, seperti dukungan sosial, gaya hidup sehat, adaptasi terhadap perubahan fisik, dan aktivitas kognitif. Pada penelitian yang dilakukan oleh Masnida Khairat yang berjudul “*Successful Aging*”: Anak yang berhasil dan berbakti”, menunjukkan bahwa lansia yang mencapai *successful aging* tidak hanya memiliki kepuasan pada dirinya tetapi juga pada keluarga, terutama anak dan cucu. Lansia sangat menikmati masa tuanya akan merasa bahagia karena semua anak telah berhasil dan berbakti kepada orang tua. Hal ini mendatangkan persepsi positif bagi lansia akan masa tuanya.

Successful aging pada setiap lansia akan berbeda antara yang satu dengan yang lainnya karena adanya perbedaan individual manusia dalam menjalani hidup. Namun hal tersebut tidak terlepas dari pengalaman dan perjuangan masa lalu dari setiap fase kehidupan. Selain itu faktor-faktor pendukung berupa adanya perhatian dan dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitarnya juga memiliki peranan penting dalam perwujudannya.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran pencapaian *successful aging* bagi lansia secara konkret akan di eksplorasi pada penelitian ini dengan mengajukan pertanyaan penelitian bagaimana gambaran pencapaian *successful aging* pada lansia.?

Berkaitan dengan ini penulis akan melakukan studi kasus tentang kondisi *successful aging* dari seorang nenek berusia 70 tahun yang berdomisili di Kabupaten Pesisir Selatan Sumatera Barat. Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan, terlihat beliau merupakan lansia yang aktif, selalu ada kegiatan yang beliau lakukan jika dirumah, sangat menikmati hidup yang terlihat pada kemauan beliau untuk melakukan perjalanan jauh tanpa memikirkan kesulitan kesulitan untuk mengunjungi anak dan cucu meskipun fungsi fisik sudah mengalami penurunan. Pasang hidup beliau sudah berpulang, namun tidak membuat beliau canggung dengan kesendiriannya. Untuk mengetahui secara mendalam dimensi-dimensi pencapaian *successful aging* dari berbagai aspek, serta faktor-faktor yang mendasari terwujudnya *successful aging*, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Eksplorasi Dimensi-Dimensi *Successful Aging*” yang akan dilakukan melalui studi kasus terhadap pensiunan Guru.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif dengan menggunakan pendekatan case study atau studi kasus. Penelitian kualitatif digunakan untuk melihat suatu kondisi alamiah dan mendalam dengan peneliti sebagai instrument atau kunci dari penelitian tersebut (Sugiono : 2012). Metode kualitatif dapat digunakan untuk mengungkap dan memahami sesuatu dibalik fenomena yang belum diketahui. Sedangkan studi kasus adalah suatu pendekatan penelitian yang memfokuskan pada pemeriksaan mendalam terhadap suatu kasus atau beberapa kasus yang representatif. Pada defenisi lain Wahyuningsih. S.(2013) mengemukakan studi kasus merupakan penelitian dimana peneliti menggali suatu fenomena tertentu (kasus) dalam suatu waktu dan kegiatan (program, even, proses, institusi atau kelompok sosial) serta mengumpulkan informasi secara terinci dan mendalam dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data

selama periode tertentu. Tujuan utama studi kasus adalah memahami konteks, proses, dan detail yang terlibat dalam kasus tersebut.

Sumber Data

Penetapan sumber data atau sampel dalam penelitian ini bersifat purposive sampling. Artinya, subjek yang ditetapkan memenuhi kriteria successful aging. Sumber dalam penelitian ini terdiri dari sumber data primer dan sekunder. Data primer ditetapkan pada seorang lansia berinisial S yang berusia 70 tahun. Informan merupakan pensiunan Guru (kepala sekolah). Saat ini informan telah melawati masa purnabaktinya. Diusia ini, informan terlihat bahagia menikmati hidup sebagai seorang nenek yang sudah memiliki 15 orang cucu dari 6 orang anak. Meskipun sesekali merasakan beberapa penyakit, namun tidak menyurutkan semangat informan untuk melakukan perjalanan jauh untuk mengunjungi anak dan cucu. Disamping itu, ditetapkan juga sumber data sekunder yaitu anak subjek, untuk menguji keabsahan data yang diperoleh dari data primer.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini akan dilakukan dengan 2 cara sebagai berikut:

1. Wawancara mendalam: Wawancara akan dilakukan dengan subjek penelitian bertujuan untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang pengalaman terkait successful aging. Teknik wawancara yang dilakukan adalah wawancara tidak terstruktur dengan menggunakan daftar pertanyaan yang dapat disesuaikan dengan kondisi lapangan. Subjek diwawancara sebanyak 3 kali dengan suasana yang nyaman dan tidak direkam sesuai dengan kemauan subjek.
2. Observasi : Observasi akan dilakukan dalam situasi-situasi sehari-hari untuk mendapatkan gambaran lebih baik tentang aktivitas dan interaksi sosial peserta penelitian.

Analisis Data

Peneliti menggunakan teknik analisis data yang telah dikemukakan Stake dalam penelitian Sri Wahyuningsih (2023), bahwa analisis data dan interpretasi dalam studi kasus sebagai berikut:

1. Pengumpulan kategori, peneliti mencari suatu kumpulan dari contoh-contoh data serta berharap menemukan makna yang relevan dengan isu yang akan muncul;
2. Interpretasi langsung, peneliti studi kasus melihat pada satu contoh serta menarik makna darinya tanpa mencari banyak contoh. Hal ini merupakan suatu proses dalam menarik data secara terpisah dan menempatkannya kembali secara bersama-sama agar lebih bermakna;
3. Peneliti membentuk pola dan mencari kesepadanan antara dua atau lebih kategori. Kesepadanan ini dapat dilaksanakan melalui tabel 2x2 yang menunjukkan hubungan antara dua kategori;
4. Pada akhirnya, peneliti mengembangkan generalisasi naturalistik melalui analisa data, generalisasi ini diambil melalui orang-orang yang dapat belajar dari suatu kasus, apakah kasus mereka sendiri atau menerapkannya pada sebuah populasi kasus.

Hasil Dan Pembahasan

Hasil

Berdasarkan pelaksanaan penelitian, penulis menemukan beberapa tema yang mempengaruhi pencapaian *successful aging* pada Ibu S (70 tahun) yang mendeskripsikan kondisi masa lalu maupun kondisi saat ini. Diantara tema tersebut adalah fungsi fisik, kognitif, psikologis, spiritual, sosial, dan ekonomi.

Informan dari penelitian ini adalah seorang nenek dengan inisial S, berusia 70 tahun. Pekerjaan beliau sewaktu muda adalah sebagai seorang guru.

“Saya sudah menjadi PNS guru sejak usia 25 tahun, menjelang pensiun posisi saya sebagai kepala sekolah. 35 tahun saya mengabdikan, sekarang tinggal menikmati hasil”.

“apa yang saya jalani sekarang buah dari perjuangan yang tidak mudah. Dulu kami hidup miskin, saya sebagai anak tertua punya tanggung jawab yang besar terhadap pendidikan adik-adik saya, berkat doa saya maupun orang tua, kegigihan, sabar, kesedihan, alhamdulillah saya bisa menjalani dengan baik”.

Suami Informan sudah berpulang 3 tahun yang lalu, meninggalkan 6 orang anak yang pada waktu suami wafat, 5 anak sudah berkeluarga dan 1 anak yang paling bungsu sedang duduk di bangku perkuliahan. Enam orang anak informan berjenis kelamin perempuan dan keenamnya menamatkan pendidikan hingga perguruan tinggi bahkan 2 orang meraih magister. Saat ini semua anak sudah hidup mandiri dengan keluarga masing-masing.

“sekarang waktunya terbang-terbang ngunjungi anak, di sumbar, aceh, Banjarmasin”

“Untuk pendidikan anak memang kami berdua sudah punya komitmen untuk menyekolahkan hingga perguruan tinggi. Alhamdulillah cita-cita kami tercapai, ini semua tidak lepas dari izin Allah. Mungkin ini jawaban dari doa-doa yang selalu saya sampaikan kepada Tuhan dalam setiap shalat saya. Kalau diingat lagi masa saya menuntut ilmu dengan kehidupan yang serba sulit, saya harus bekerja untuk melanjutkan sekolah, saya lalui itu dengan ikhlas dan terus berdoa sehingga sampai saat ini Allah memberikan kemudahan dan kemampuan bagi saya”.

“Termasuk waktu suami saya meninggal, dengan petunjuk Allah, muncul keiklasan yang luar biasa. saya sangat ikhlas dengan kepergiannya. Allah sudah mengambil miliknya. Kita tidak bisa menahan sedetikpun”.

“Kalau sekarang anak-anak sudah hidup mandiri-mandiri, anak pertama pegawai, anak kedua ikut suami dan tinggal di aceh, anak ke 3 pengusaha tinggal di kalimantan, keempat dan kelima mengajar, anak bungsu di Kalimantan juga”.

Kondisi fisik informan sudah mengalami kemunduran, hipertensi yang menyebabkan pusing kerap kali dirasakan, namun setelah pulih informan kembali beraktivitas melakukan hal-hal yang dirasa sanggup dilakukan. Penglihatan masih baik untuk melihat jarak yang jauh, namun harus menggunakan kacamata untuk melihat dekat. Secara kasat mata informan masih terlihat bugar. Sehingga segala keperluan masih bisa dipenuhi sendiri. Informan masih bisa untuk mengendarai motor untuk jarak yang tidak terlalu jauh.

“Kalau dikampung sini saya masih bisa kemana-mana memakai motor, tapi kalau di kota sudah tidak berani lagi”.

“Kalau hanya kerumah tetangga-tetangga atau untuk shalat ke mushalab saya masih kuat dengan berjalan kaki.”

Di usia tuanya, karena anak-anak sudah hidup mandiri di berbagai daerah, informan sering berkunjung untuk melihat anak dan cucu. Jika masih dalam cakupan provinsi, informan masih bisa

pergi sendiri, namun jika mengunjungi anak dan cucu yang berada diluar provinsi informan akan ditemani atau dijemput anak bersangkutan.

“Sekarang sudah bebas mau kemana, tidak ada yang mengikat seperti masa berdinis dulu. Kalau kangen sama anak atau cucu tinggal berangkat. Kalau ingin berkunjung rumah anak yang di Kalimantan tinggal telpon, sudah dibelikan tiket langsung tuh. Tapi untuk perjalanan yang jauh seperti Kalimantan dan Aceh mesti ditemani, takutnya pusing dijalan. Anak tidak mengizinkan untuk berangkat sendiri. Harus ada yang menemani”.

“dirumah sendiri kadang bosan juga, makanya saya jarang dirumah, tiap-tiap anak digilir untuk dikunjungi. Kalau yang dekat-dekat, biasanya semingguan, kalau yang agak jauh bisanya bulanan lamanya”.

Untuk menjaga kondisi fisiknya informan mengurangi mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung santan dan garam. Dalam mengkonsumsi sayurpun informan tidak boleh sembarangan. Sayuran yang menjadi andalan informan dalam mempertahankan kondisi fisiknya adalah labu siam, wortel dan mentimun. Selain itu, meminum susu lansia juga menjadi rutinitas informan dalam memperkuat tulang. Puasa sunnah senin kamis selalu di kerjakan informan, menurutnya selain menjalankan sunnah rasul, berpuasa dapat menyehatkan badan.

“badan sudah lama dipakai, wajarlah sudah mulai terasa sakit atau tidak bertenaga. Kalau tidak ingin tidur dirumah sakit ya harus jaga makanan. Kalau dulu makan bisa sesuka hati, sekarang tidak boleh berlebihan, termasuk makan buah dan sayur. Bahkan ada yang harus dipantangkan. Intinya harus menyesuaikan diri dengan kondisi fisik”.

“saya rutin puasa senin-kamis, meskipun tidak ada makanan, segelas susu campur nasipun bisa menjadi menu sabur saya, karena saya meyakini puasa adalah obat dari berbagai jenis penyakit”.

Dimensi psikologis informan menggambarkan emosi bahagia, informan merasa senang dan bangga melihat anak-anak sudah hidup mandiri dan terbilang harmonis dengan keluarga masing masing. Terlebih melihat 16 orang cucu dari 6 orang anak perempuannya yang tumbuh sehat dan pintar. Membuat informan tidak hentinya berbinar -binar menceritakan prestasi-prestasi yang mereka raih.

“cucu sudah 13 orang, alhamdulillah tidak ada yang camilan, semua pintar-pintar. Paling senang kalau lebaran semuanya pulang kampung dan berkumpul. Mendengar cucu-cucu dengan celotehnya, hafalan-hafalan ayat mereka, ini membuat hati senang dan bangga”.

“Tidak ada yang lebih membahagiakan, diusia tua dapat melihat anak dan cucu bahagia dan berhasil serta taat menjalankan perintah Allah.. Apalagi semuanya kompak, mendukung satu sama lain”.

“Saya sangat bersyukur diberi kesempatan sama Allah dapat menyaksikan semua pasang surut kehidupan, mulai dari saya bagaimana beratnya perjuangan saya di masa sekolah, pengorbanan menyekolahkan anak, pernikahan anak-anak, sampai semuanya punya anak saya selalu hadir menemani mereka. Dan akhirnya sekarang menyaksikan perkembangan cucu”.

Kebahagiaan yang dirasakan informan terhadap anak dan cucunya tidak terlepas dari pola asuh dan pendidikan yang diberikan. Menurut informan pendidikan agama sangat berperan penting dalam pembentukan pribadi, sikap, dan tiggah laku.

“sebis mungkin kita perlu berbuat adil terhadap anak, anak pertama kuliah, sampai anak bungsupun kuliah. Pernikahan anak pertama dilangsungkan dengan pesta, alhamdulillah pernikahan semua anak dilakukan dengan

pesta. Jadi anak merasa diperlakukan sama. Gak ada yang nuntut atau cemburuan karena merasa diperlakukan tidak adil”

“Anak-anak dimasukan ke sekolah agama, biar dia tau bagaimana bersikap yang sesuai dengan tuntunan agama”. Anak-anak dari kecil sudah dibekali pengetahuan agama. Kemudian disekolahkan di pesantren. Alhamdulillah Sekarang mereka tau bagaimana menghormati orang tua, tau kewajiban sebagai seorang muslim. Tidak ada yang lebih membahagiakan dari pada itu”.

“yang pertama itu iman, kalau iman sudah tertanam dengan baik pada anak-anak maka yang lain-lain akan ikut”

“Cucu sekarang juga di sekolahkan di sekolah yang diajarkan nilai agama”.

Dilihat dari dimensi sosial, informan merupakan seseorang yang terbuka dalam pergaulan dan aktif serta berpengaruh dalam Masyarakat. Informan merupakan ibu dari 6 orang anak Perempuan. Informan juga anak tertua dalam kaumnya yang masih hidup. Sebagai seorang yang dituakan, informan merupakan tempat mengadu dan tempat bertanya dalam memutuskan sesuatu. Ada beberapa teman seperjuangan yang masih hidup, namun sudah jarang bertemu. Informan juga dianggap orang yang paham agama di kampungnya, sehingga setiap selesai subuh, beberapa tetangga yang sama-sama shalat di mushalla berkumpul untuk sekedar melakukan tanya jawab seputar pelaksanaan ibadah. Di samping itu, informan aktif dalam kegiatan majlis taklim.

“Sekarang yang satu anggatan dengan saya sudah banyak yang meninggal dan ada beberapa yang masih hidup. Mushalla biasanya ajang pertemuan tetua yang masih hidup”

“saya sering kerumah anak di ibu kota, sehingganya jarang berada di kampung. Sesekali dikampung dan bertemu di mushalla, beberapa orang biasanya berkumpul untuk menanya kabar maupun bertanya persoalan agama”.

“biasanya saya pulang kampung kalau ada undangan majlis taklim, selain dapat ilmu, biasanya kita bisa ketemu teman-teman dan berbagi cerita. Hal ini bisa ngilangin stress”.

“kemanapun saya pergi mengunjungi anak, mesjid selalu mejadi tempat ternyaman saya beribadah. Saya selalu masuk dalam kegiatan masjid dan aktif dalam komunitas jamaah mesjidnya”.

“enaknya tinggal di kota itu, disetiap masjid ada kegiatan jamaah masjidnya. Jadi ilmu agama bertambah”.

Menurut salah seorang anaknya, kehadiran informan sangat penting dalam memberikan pandangan terhadap keputusan apapun yang akan diambil.

“TOP pokoknya, masukan beliau gak ada bandingannya. Kalau kita ragu, beliau bisa meyakinkan, kalau kita takut beliau bisa menguatkan. Pokoknya semua persoalan baik ataupun buruk yang kami kurang afdal kalau belum mendengar pendapat beliau”.

Ibadah merupakan hal disenangi informan. Baik ibadah wajib dan sunnah sebisa mungkin selalu dikerjakan. Hal ini berpengaruh kepada kedekatan dengan cucu. Karena ketika masuk waktu shalat, informan segera menuju masjid dan berlama-lama di masjid untuk ibadah, sehingga sedikit waktu yang dihabiskan bersama cucu. sabagaimana yang dinyatakan anak informan.

“kalau ibu berkunjung sering menghabiskan waktu di masjid, kalau sampai dirumahpun pasti beberes rumah, semua dibersihkan, bermain bersama cucu dilakukan menyambi”.

“tapi bukannya tidak sayang cucu, mungkin usia beliau yang sudah lanjut tidak sanggup lagi menimang, dan sudah saatnya beliau dikasih bebas malakukan apa yang beliau ingin”.

Fungsi dimensi kognitif informan untuk mengingat masa lalu masih baik. Salah seorang anak informan menceritakan sulitnya perjuangan informan agar bisa dapat melanjutkan sekolah. Tapi untuk mengingat yang baru terjadi kadang luput. Untuk menambah pengetahuan, informan senang mendengar berita, tausiah dari ustaz/d favoritnya, atau sekedar melihat tayangan-tayangan yang menginspirasi dari you tube. Informen juga mampu menggunakan sosmed dengan baik.

“ibu kalau sudah cerita masa lalunya bikin kita nangis”.

“Kalau untuk baca buku sudah tidak kuat, paling baca 5 menit sudah ngantuk, tapi kalau nonton youtube, berjam-jam dengar ceramah bisa sampai lupa waktu. Tapi itu tidak masalah bagi saya itung-itung tambah wawasan dan pengetahuan beliau”.

Kondisi dimensi spiritual informan sangat kental sekali. Hampir pada setiap ucapan informan dalam wawancara menggambarkan kondisi spritualnya. Menurut informan melibatkan sang Khalik dalam setiap perjalanan kehidupan merupakan suatu keharusan. Informan merupakan orang yang taat beribadah sejak kecil hingga saat ini. Bahkan di usia lansianya informan lebih punya banyak waktu untuk mengerjakan amalan wajib dan sunnahya.

“doa merupakan salah satu kunci kesuksesan. Anak-anak selalu saya doakan disetiap ibadah saya. Karena kita tau apa yang kita alami dan kita terima berasal dari sang khalik, pemilik segalanya. Kalau semua urusan kita sudah kita serahkan pada-Nya tidak ada lagi yang ditakutkan”.

“Kalau dipikir dengan logika, penghasilan saya dan suami perbulan mungkin tidak akan bisa membiayai 6 orang anak hingga ke perguruan tinggi”. Tapi Allah maha kaya dan maha kuasa, Dia memampukan kita tanpa kita sangka-sangka”.

“jangan takut reseki seret untuk menyekolahkan anak, mereka punya reskinya masing-masing. Yang penting kita niatkan semuanya untuk mengharap ridho Allah. Kita sekolahkan anak biar dia punya moral, tau agama, berkarakter. jadi ajaran agama menjadi dasar dia berbuat dan bertingkah laku”.

“anak juga titipan untuk kita, apa yang kita berikan akan menjadi saksi diakhirat kelak. Jika kita mengajarkan dan memberikan kebaikan maka akan menjadi sadakah jariyah dan sebaliknya, jika membiarkan anak dalam kemungkaran akan menjadi dosa jariyah”.

Jika dilihat dari dimensi finansial, informan berkecukupan. Disamping menerima pensiun setiap bulannya, informan juga menerima kiriman uang dari beberapa anak. Hasil kerja ketika muda berupa tanah dan rumah akan dibagikan kepada anak cucu, dan Sebagian akan dihibahkan kepada yang lebih membutuhkan.

“alhamdulillah untuk keuangan tidak memikirkan lagi. Dana pensiun yang diterima insyaallah cukup untuk memenuhi kebutuhan sendiri. Anak-anak juga serig ngirim”.

“dirumah yang saya buat aja tidak ada mau tinggal. Anak-anak sudah hidup mandiri dirumah masing-masing. Jadi saya berencana mewakafkan sebagian tanah saya di jalan Allah, dan Sebagian akan dibagi keanak-anak. Jaga-jaga, siapa tau nanti ada yang berniat balik ke kampung halaman”

“untuk anak tidak terlalu memikirkan lagi, Insya Allah mereka sudah punya bekal. Saya merasa bersyukur dan bahagia dengan pencapaian mereka. Saat ini lebih banyak berbagi aja, karena berbagi menambah kebahagiaan saya. Kalau hati sudah bahagia, efeknya kesehatanpun akan membaik”.

Pembahasan

Berdasarkan perolehan data observasi dan wawancara diatas, dapat diketahui bahwa informan memenuhi enam dimensi pencapaian successful aging. Fungsi fisik, psikologis, kognitif, sosial, spritual dan ekonomi. Hal ini sejalan dengan penelitian Iwamasa

dan Iwasaki (2011) yang berjudul A New Multidimensional Model of Successful Aging: Perceptions of Japanese American Older Adults ditemukan konsep successful aging yaitu terdiri dari enam dimensi: berfungsinya fisik, psikis, sosial, dan kognitif, adanya spiritualitas, dan keamanan secara finansial.

Semua dimensi memiliki peran yang sama pentingnya dan saling terkait satu sama lain dalam pencapaian successful aging. Jika satu dimensi tidak terpenuhi maka akan ada ketimpangan dan successful aging tidak akan tercapai. Namun demikian, diperoleh temuan selama proses pelaksanaan wawancara terhadap informen, dimensi kekuatan spiritual sangat besar pengaruh dalam terwujudnya dimensi fisik, psikologis, kognitif, dan finansial. Dengan kata lain, kekuatan spiritual yang dimiliki informan membuat dia mampu menyesuaikan diri dengan berbagai kemunduran-kemunduran kondisi di usia lansia. Sebagaimana yang dikemukakan Zohar & Marshall (2007) kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan tertinggi dari manusia. Ketika seseorang memiliki kecerdasan spiritual tinggi akan bisa bersikap lebih pasrah atau berserah diri terhadap keadaan yang dialaminya, dan tidak menyalahkan diri sendiri, orang lain maupun keadaan disekitarnya. Melainkan menerima dengan ikhlas keadaan tersebut sebagai takdir yang harus dijalani agar bisa menjadi pribadi yang lebih baik dan mendapatkan derajat yang tinggi disisiNya.

Kondisi successful aging yang dicapai informan di usia tuanya didukung oleh kekuatan spiritual atau kecerdasan spiritual yang dimiliki informan, sehingga penurunan kondisi fisik, psikologis, kognitif, sosial maupun finansial tidak menjadi permasalahan yang berarti tapi merupakan karunia yang harus disyukuri karena telah diberikan umur panjang dengan cara melakukan penyesuaian-penyesuaian terhadapnya. Adapun gambaran pencapaian successful aging oleh informan sebagai berikut :



Gambar 1: Dinamika Pencapaian successful Aging

Fakta itu sesuai dengan tugas-tugas perkembangan lansia yang dikemukakan Marliani, R. (2015), sebagai berikut: 1. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik, 2. Menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi karena pensiun dan berkurangnya penghasilan, 3. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup, 4. Menerima fakta bahwa diri termasuk golongan lanjut usia dan mencari kelompok seusia, 5. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara fleksibel. Jika tugas-tugas perkembangan dilalui lansia dengan baik, maka akan terwujud lansia yang sukses.

Temuan dalam penelitian ini meunjukkan bahwa informan merupakan pribadi kuat kemauan (*hardiness*) di usia mudanya dalam mencapai cita-cita. Dengan keterbatasan ekonomi orang tuanya, informan masih ingin untuk sekolah meskipun harus bekerja. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Cyrillus (2008), menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara *hardiness* dan kesejahteraan lansia. Lansia dengan tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi mampu mewujudkan kesejahteraan psikologis meskipun dihadapkan dengan peristiwa-peristiwa yang sulit di masa lansia. Individu dengan *control*, *commitment* dan *challenge* yang tinggi, menjadi tahan banting ketika berhadapan dengan masa – masa yang sulit di masa lansia.

Informan merupakan penerima pensiun, disamping itu, informan selalu mendapat uang bulanan kiriman dari anak-anaknya. Dalam hal ini informan tidak memikirkan lagi persoalan finansial untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Dengan kondisi ini informan lebih punya peluang yang lebih besar untuk melakukan kegiatan menyenangkan. Seperti berkunjung ke rumah anak-anak yang menyebar di beberapa daerah sambil berlibur ke tempat-tempat wisata. selain itu, informan lebih punya banyak waktu untuk aktif dalam kegiatan kemasyarakatan. Berdasarkan pernyataannya, informan sangat bersyukur sudah pensiun dari pekerjaan, dengan begitu informan memiliki kebebasan untuk melakukan apa yang disenangi. Dalam hal ini informan sudah mencapai kebutuhan tertingginya yaitu kebutuhan aktualisasi diri. Sebagaimana teori hierarki kebutuhan Maslow mengemukakan lima kebutuhan manusia berdasarkan tingkat kepentingannya mulai dari yang rendah, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan sosial, kebutuhan ego, dan yang paling tinggi kebutuhan akan aktualisasi diri. Menurut, teori Maslow, manusia berusaha memenuhi kebutuhan tingkat rendahnya terlebih dahulu sebelum memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi. Individu yang telah bisa memenuhi kebutuhan dasarnya, maka kebutuhan lainnya yang lebih tinggi biasanya muncul dan begitulah seterusnya

Selanjutnya, temuan diatas diperkuat juga oleh Widiyari & Nuryoto (dalam Amaral: 2019) yang menyatakan bahwa *Successful aging* pada lanjut usia yang terpenuhi dapat dilihat dari faktor-faktor seperti: a) otonomi (kemandirian), b) keuangan dan status sosial, c) kebermaknaan hidup, dan d) aktualisasi diri. Kriteria lansia yang mencapai *successful aging* dapat diketahui antara lain memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi, memiliki integritas pribadi yang tinggi, mampu mempertahankan sistem dukungan sosial yang masih berarti, memiliki kondisi fisik dan mental yang sehat, memiliki keamanan finansial, serta mampu mengendalikan kehidupannya sendiri sehingga dapat menentukan nasibnya sendiri dan tidak banyak bergantung pada orang lain.

Selain itu, menurut Chappel & Badger, Palmore, dkk. (dalam Santrock, 2002) bahwa lansia yang mempunyai hubungan sosial yang luas, baik keluarga maupun pertemanan akan merasa lebih puas dengan hidupnya dibandingkan lansia yang terisolasi dari lingkungannya. Lansia yang memiliki dukungan dan hubungan sosial yang baik akan mendatangkan kesejahteraan secara psikologis dan sosial. Hal ini membuat lansia akan merasa bermakna dalam hidupnya. Sesuai dengan temuan penelitian ini, bahwa informan merupakan orang tua dari 6 orang anak perempuan, yang selalu hadir

dan memberikan kontribusi penting dalam persoalan baik maupun buruk di kehidupan anak-anaknya, serta merupakan tempat bertanya ketika mengambil keputusan dalam kaumnya. Dilain kesempatan informan juga menjadi tempat bertanya masyarakat mengenai persolan agama. Dengan ini informan masih merasakan perannya dibutuhkan dalam keluarga dan masyarakat. Hal ini memunculkan perasaan berharga sehingga informan memiliki pandangan positif terhadap diri.

Dari penelitian ini juga dapat diketahui bahwa keberadaan anak dan cucu yang saleh dan salehah merupakan sumber kebahagiaan yang utama.. Informan merasa puas dan bangga pola asuh dan pendidikan yang diberikan membuahkan hasil yang baik. Prinsip pendidikan inilah yang berusaha diturunkan kepada anak, cucu maupun masyarakat. Sejalan dengan pernyataan Havighurst (dalam Stevens-Long, 1979) bahwa lansia tetap aktif di masa tuanya namun tidak lupa untuk memperhatikan kondisinya dan dapat menjadi teladan bagi generasi selanjutnya. Lebih lanjut, hal ini disebut Havighurst sebagai pola kepribadian yang dimiliki lansia sehingga mampu melakukan pelepasan dan regenerasi terhadap kemampuan yang dimilikinya.

Simpulan

Pencapaian Successful aging pada lansia didasari dengan terpenuhinya memenuhi 6 dimensi dalam kehidupannya yaitu dimensi fisik, psikologis, kognitif, sosial, spritual dan ekonomi. Semua dimensi memiliki peran yang sama pentingnya dan saling terkait satu sama lain. Namun demikian kepemilikan dimensi spiritual yang kuat merupakan salah satu factor terpenting dalam perwujudan lansia yang sukses (successful aging). Ketika seseorang lansia memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, maka ia akan lebih bisa menerima diri dan melakukan penyesuaian-penyesuaian terhadap kemunduran fungsi tubuh yang dialami. Dengan kata lain, kecerdasan spiritual yang tinggi akan membuat seseorang bisa bersikap lebih berserah diri terhadap keadaan yang dialaminya, tidak menyalahkan diri sendiri, orang lain maupun keadaan disekitarnya. Melainkan menerima dengan ikhlas keadaan tersebut sebagai takdir yang harus dijalani agar bisa menjadi pribadi yang lebih baik dan mendapatkan derajat yang tinggi disisiNya.

Daftar Pustaka

- Amaral, F.M., Hari, C., & Soetjningsih. (2019). Successful Aging of Elderly People in Low Economic Status Who are Still Working and it is Related to DailyActivities and Hardiness. *Journal Psikodimensia* 18:28-36 DOI10.24167/psidim.v18i1.1714
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). *Persentase Penduduk Lansia Indonesia 2022*. Dipetik, 12 Novenber 2023.
- Cyrillus, G. L. (2008) *Hubungan kepribadian hardiness dan kesejahteraan psikologis pada lansia*. Skripsi thesis, Sanata Dharma University.
- Iwamasa, G. Y. & Iwasaki, M. (2011). A New Multidimensional Model of Successful Aging: Perceptions of Japanese American Older Adults. *Journal Cross Cultural Gerontology* 26:261–278 DOI 10.1007/s10823-011- 9147-9
- Khairat, M. (2017). *successful aging: Anak yang Berhasil dan Berbakti*. *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb*. Volume Nomor Hal.
- Marliani, Rosleny. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia

-
- Maslow, A.H. (1984) *Motivation and Personality (Teori Motivasi dengan Ancangan Hirarki Kebutuhan manusia)*. Penerjemah Nurul Iman. Jakarta: PT Gramedia
- Laras, P. B. (2021). *Modul Perkuliahan Psikologi Perkembangan Dewasa Lansia*. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Edisi Kelima. Jilid Kedua. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Stevens-Long, J. (1979). *Adult Life Developmental Processes. Second Edition*. Mayfield Publishing Company: Los Angeles
- Suardiman, S.P. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Gadjah Mada University Press: Yogyakarta
- Sugiyono. (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Wahyuningsih, S. (2013). *Metode Penelitian Studi Kasus Konsep, teori Pendekatan Psikologi Komunikasi, dan Contoh Penelitiannya*. Madura: UTM Press
- Zohar, D. & Marshall, I. (2007). *Kecerdasan Spritual*. Bandung: Mizan.