

Jurnal Tugas Akhir Optimisme Pada Lansia Ditinjau Dari Status Pekerjaan

Novia Margareta Pratikto

Fakultas Psikologi

noviamargaretapratikto@gmail.com

Intisari - Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui optimisme yang dimiliki oleh lansia yang masih bekerja dan tidak bekerja. Tingkat optimisme lansia yang bekerja dan tidak bekerja dapat berbeda. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Indriana (2004) menyebutkan bahwa lansia yang melakukan aktivitas, khususnya secara produktif akan memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi ($r_{xy} = 0,222$ dan $p = 0,001$) dibanding lansia yang tidak melakukan aktivitas. Optimisme merupakan suatu keyakinan positif yang dimiliki lansia untuk berharap dan melewati masa sulit. Proses pengambilan data dilakukan pada 80 orang lansia yang ada di Posyandu Lansia Mawar-2, Kalirungkut. Lansia yang berada di daerah Kalirungkut merupakan lansia yang memiliki status ekonomi rendah. Optimisme diukur dengan menggunakan angket yang diadaptasi dari *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) dan telah dimodifikasi oleh Limono (2013) dengan tingkat validitas 0,572 dan reliabilitas 0,823. Setelah melakukan uji hipotesis dengan uji beda parametrik *T-Test*, didapatkan nilai *Sig.* sebesar 0,435. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat optimisme pada lansia di Posyandu Lansia Mawar-2 ditinjau dari status pekerjaan. Skor optimisme lansia di Posyandu Lansia Mawar-2 masuk dalam kategori tinggi. Tingginya tingkat optimisme lansia di Posyandu Lansia didukung oleh dimensi-dimensi dalam optimisme salah satunya yaitu aktivitas baik yang menghasilkan keuntungan berupa penghasilan maupun aktivitas yang tidak menghasilkan penghasilan seperti aktivitas di Posyandu.

Kata kunci: *Optimisme, lansia, status pekerjaan, status ekonomi, posyandu lansia*

Abstract - This study was conducted to fathom the optimism owned by elderly, comparing between those who have jobs and those who do not. This comparison was done considering the optimism level could be different based on their employment status. Result of the previous study conducted by Indriana (2004) mentioned that elderly who did some activities, specifically productive activities, would have higher quality of life ($r_{xy} = 0,222$ and $p = 0,001$)

compared to the elderly who did not. Optimism is a positive belief owned by elderly to keep on having faith and overcoming difficult times. Data collection was done to 80 elderlies from Posyandu Lansia Mawar-2, Kalirungkut, who had low economic status. Optimism level was measured using a scale adapted from Life Orientation Test-Revised (LOT-R), which was modified by Limono (2013) with validity 0,572 and reliability 0,823. The data was being tested using T-Test parametric and a Sig. score of 0.435 was obtained. Thus, it can be concluded that there is no difference on optimism level among elderlies in Posyandu Lansia Mawar-2, Kalirungkut based on their employment status. In fact, optimism level of elderlies in Posyandu Lansia Mawar-2, Kalirungkut falls under the high category. This result is supported by dimensions of optimism such as time utilization on doing activities, either profitable activities or not.

Keywords: *Optimism, elderly, employment status, economic status, posyandu lansia.*

PENDAHULUAN

Setiap individu akan memasuki tahapan masa tua. Individu yang masuk dalam tahapan ini adalah individu yang telah berusia 60 tahun ke atas. Tahapan perkembangan Erikson menjelaskan bahwa individu yang masuk dalam masa tua akan melewati tahap integritas lawan putus asa. Pada tahap ini individu memiliki tugas perkembangan yaitu menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan dan kesehatan secara bertahap, mencari kegiatan untuk mengganti tugas-tugas terdahulu yang menghabiskan sebagian besar waktu ketika individu masih muda. Individu juga diharapkan untuk mengatur pola hidup sesuai dengan keadaan saat ini karena adanya penurunan tingkat kesehatan dan pendapatan. Tugas perkembangan lainnya yang diharapkan adalah mempersiapkan diri dan menyesuaikan diri dengan peristiwa kematian pasangan hidup (Hurlock, 1980).

Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2013) menyatakan bahwa lansia dibagi menjadi 3 kategori yaitu lansia awal (46-55 tahun), lansia akhir (56-65 tahun), manula (65-sampai atas). Proses penuaan (aging process) adalah suatu proses alamiah yang tidak mungkin dihindari dan dipungkiri oleh setiap individu dan hal tersebut berpengaruh pada segi kehidupan fisik, mental, sosial, dan spiritual (Hurlock,1980). Butler, Lewis, dan Aiken (dalam Dwiputri, 2010)

menjelaskan beberapa ciri khusus yang sering terlihat pada lansia, antara lain kreativitas yang dimiliki dan kekuatiran karena pensiun. Lansia bukan penghalang untuk tetap belajar keterampilan baru, mengembangkan hubungan baru dan mengeksplorasi hal baru. Individu yang melalui proses menua yang sukses bukanlah sesuatu yang berhubungan dengan penyesuaian terhadap kehilangan-kehilangan karena usia, tetapi lebih pada pengembangan kapasitas-kapasitas baru dan pencarian tantangan baru. Tubuh individu pasti akan menua, namun kapasitas mental spiritual akan meningkat. Oleh karena itu, ada lansia yang masih bekerja dan tetap melakukan aktivitas dengan penuh semangat dan sukacita. Namun, ada pula lansia yang karena kondisi fisik menurun, tidak adanya motivasi, dan alasan-alasan tertentu yang membuat lansia tidak mampu untuk bekerja.

Reivich dan Gillham (dalam Lopez & Snyder, 2005) mengatakan bahwa optimisme memiliki dua konsep. Konsep pertama adalah harapan atau keyakinan bahwa sesuatu yang “baik” akan terjadi. Konsep kedua optimisme mengacu pada keyakinan, atau keinginan untuk percaya, bahwa dunia merupakan tempat terbaik untuk berbagai kemungkinan. Jadi, optimisme adalah suatu keyakinan bahwa masa-masa sulit atau buruk hanya bersifat sementara dan selalu memiliki harapan bahwa sesuatu yang “baik” akan terjadi. Optimisme dibutuhkan dalam diri lansia agar dapat menghadapi kehidupan yang akan datang dengan keyakinan diri yang penuh dan mampu mengatasi tantangan tanpa rasa cemas dalam diri. Dimensi optimisme antara lain:

1. Harapan; harapan untuk masa depan diperoleh dari pandangan individu terhadap penyebab kejadian masa lalu.
2. Keyakinan; Individu yang kurang memiliki percaya diri tidak akan memunculkan tindakan apapun, tetapi individu yang memiliki percaya diri akan bertindak dan terus bertindak.
3. Antisipasi; Individu yang menerima realita dan tampak fokus, serta memiliki *coping* yang aktif untuk lebih produktif.

4. Pendayagunaan waktu; Individu menggunakan waktu dengan baik yaitu mengisi dengan hal-hal yang berguna (menjalin relasi sosial, mengikuti kegiatan keagamaan).
5. Relasi sosial; Individu masih memiliki optimis karena memiliki relasi di tempat yang tepat. Relasi yang baik akan membuat individu nyaman terhadap lingkungan sekitar.

METODE

Berdasarkan seluruh masalah yang telah dijabarkan dalam pendahuluan, akan dilakukan sebuah penelitian dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan optimisme pada lansia ditinjau dari status pekerjaan. Penelitian ini akan mengukur optimisme yang dimiliki oleh lansia di Posyandu Lansia. Dalam penelitian ini akan digunakan dua variabel yaitu status pekerjaan (*independent variable*) dan optimisme (*dependent variable*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota lansia yang ada di Posyandu Lansia. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian sebanyak 71 subjek dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Data dalam penelitian ini akan dikumpulkan dengan menggunakan dua buah angket, yaitu angket terbuka dan angket tertutup. Angket digunakan untuk mengukur optimisme yang dimiliki subjek. Angket optimisme diadaptasi dari Revised – Life Orientation Test yang sudah dimodifikasi oleh Limono (2013) dengan tingkat validitas dan reliabilitas diuji sendiri oleh peneliti. Blue print angket optimisme dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1: Indikar Optimisme

Aspek	Indikator	Item No.
Harapan	1. Menginginkan kondisi yang terbaik.	1, 11, 37,2
	2. Refleksi terhadap kegagalan.	21, 15, 5
	3. Persepsi pemenuhan kebutuhan.	31
	4. Perasaan ikhlas.	41
Keyakinan	1. Pencapaian hasil	8, 28, 25, 42
	2. Penyelesaian hambatan.	18, 34, 12, 22
Antisipasi	1. Pemeriksaan rutin.	6, 20
	2. Olahraga.	16
	3. Antisipasi akan kegagalan.	26

	4.	Persiapan untuk masa yang akan datang.	33, 10
	5.	Antisipasi akan penghasilan.	39, 30
	6.	Konflik dengan keluarga.	36
Pendayagunaan waktu	1.	Aktivitas.	3, 13, 32, 38, 43, 27
	2.	Keberhasilan aktivitas.	23, 7, 17
Relasi sosial	1.	Hubungan dengan teman.	9, 19, 29, 14
	2.	Hubungan dengan lingkungan sekitar rumah.	35
	3.	Penerimaan dari orang sekitar.	44
	4.	Hubungan dengan keluarga.	45, 40, 24
	5.	Kesendirian.	4

Jenis penelitian ini adalah uji beda untuk menguji perbedaan antara *independent variable* (status pekerjaan) dengan *dependent variable* (optimisme).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, peneliti meminta bantuan lansia yang ada di Posyandu Lansia Mawar-2 untuk menjadi subjek penelitian. Dari 77 data yang diperoleh, hanya 71 data yang dapat digunakan. Hal ini disebabkan subjek penelitian harus sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan, yaitu lansia yang berusia ≥ 50 tahun. Deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data yang diperoleh, akan dibuat dalam beberapa kategori dengan cara mencari mean ideal dan standar deviasi ideal. Berikut adalah rumus untuk mencari mean dan standar deviasi ideal:

$$\text{Mean ideal: } \frac{(n_t \times j_b) + (n_r \times j_b)}{2}$$

$$\text{Standar deviasi ideal: } \frac{(n_t \times j_b) - (n_r \times j_b)}{6}$$

Keterangan:

Jb: Jumlah butir yang valid

nt: Nilai tertinggi setiap aitem

nr: Nilai terendah setiap aitem

Penggolongan kategori dan batasan nilai adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori dan Batasan Nilai

Kategori	Nilai X
Sangat Tinggi	$X \geq (\text{Mean ideal} + 1,8 \text{ SD ideal})$
Tinggi	$(\text{Mean ideal} + 0,6 \text{ SD ideal}) \leq X < (\text{Mean ideal} + 1,8 \text{ SD ideal})$
Sedang	$(\text{Mean ideal} - 0,6 \text{ SD ideal}) \leq X < (\text{Mean ideal} + 0,6 \text{ SD ideal})$
Rendah	$(\text{Mean ideal} - 1,8 \text{ SD ideal}) \leq X < (\text{Mean ideal} - 0,6 \text{ SD ideal})$
Sangat Rendah	$X < (\text{Mean ideal} - 1,8 \text{ SD ideal})$

Setelah pengukuran selesai dilakukan, selanjutnya dilakukan uji alat ukur yang meliputi uji validitas dan reliabilitas terhadap angket yang digunakan. Uji validitas dengan nilai signifikansi 0,572 yang berarti angket valid. Pada uji reliabilitas didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,823, yang berarti reliabel. Selanjutnya dilakukan penghitungan terhadap batasan nilai untuk masing-masing kategori menggunakan mean dan standar deviasi ideal yang telah dijelaskan sebelumnya. Penggolongan kategori tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 3: Skor Optimisme

Kategori	Batasan nilai	Frekuensi		Persentase (%)
		Bekerja	Tidak Bekerja	
Sangat Tinggi	$X \geq 126,00$	3	4	9,9
Tinggi	$102,00 \leq X < 126,00$	19	30	69,00
Sedang	$78,00 \leq X < 102,00$	5	10	21,1
Rendah	$54,00 \leq X < 78,00$	-	-	0
Sangat Rendah	$X < 54,00$	-	-	0
Total	-	27	44	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar lansia di Posyandu Lansia (69%) memiliki tingkat optimisme yang tinggi dan sedang (21,1%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat optimisme lansia yaitu sedang cenderung tinggi.

Setelah itu pengujian dilakukan pengujian statistic yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Berdasarkan hasil uji normalitas didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,200, yang berarti sebaran data normal. Hasil uji homogenitas memberikan nilai signifikansi 0,814 yang berarti data homogen.

Hasil diperoleh bahwa variabel bersifat normal dan homogeny, selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan parametrik T-Test. Hasil uji beda dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4: Uji Hipotesis

Variabel	Sig.	Status
Optimisme–Status Pekerjaan	0,435	Tidak signifikan

Berdasarkan hasil hipotesis diketahui signifikansi 0,435 yang berarti tidak signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan optimisme antara lansia yang bekerja dan tidak bekerja yang ada di Posyandu Lansia Mawar-2.

KESIMPULAN

Berdasarkan seluruh hasil dan pembahasan diatas, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara optimisme pada lansia yang bekerja dan optimisme lansia tidak bekerja yang ada di Posyandu Lansia Mawar-2.
2. Tingkat optimisme lansia di Posyandu Lansia Mawar-2 mayoritas berada dalam kategori tinggi. Hal ini disebabkan oleh adanya dukungan dari dimensi-dimensi dalam optimisme, antara lain pertama, adanya

pendayagunaan waktu untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan aktifnya lansia ikut serta dalam kegiatan posyandu. Kedua, relasi sosial yang terjalin antar lansia melalui kegiatan di posyandu, ketiga adanya keyakinan dari lansia tentang kesehatan dan antisipasi yang dilakukan lansia untuk memperhatikan kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, M. (2009). Faktor-faktor yang mempengaruhi penduduk lanjut usia memilih untuk bekerja. *Journal of Indonesian Applied Economics*, 3(2), 99-110.
- Carver, C.S. Scheier, M.F. Segerstrom. S.C. (2010). Optimism. *Clinical psychology review*, 879-889.
- Crain, W. (2007). *Teori perkembangan: Konsep dan aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka belajar.
- Depkes. (2013). Buletin lansia. Retrieved February 14, 2014, from <http://www.depkes.go.id/downloads/Buletin%20Lansia.pdf>
- Dwiputri, A. (2010). *Optimistis masuki lansia*. Retrieved September 20, 2013, from <http://nasional.kompas.com/read/2010/11/07/0356551>
- Feist, J. & Feist, G.J. (2009). *Theories of personality* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Friedman, H.S. Schustack, M.W. (2008). *Kepribadian teori klasik dan riset modern*. Edisi Ketiga. Jakarta: Erlangga.
- Haditono, S.R. (2001). *Psikologi perkembangan; pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi perkembangan :suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Indriana, Y. (2004). kepuasan hidup orang lanjut usia dalam hubungannya dengan jenis aktivitas, jenis kelamin, religiositas, status perkawinan, tingkat kemandirian, tingkat pendidikan dan daerah tempat tinggal. *Jurnal Psikologi Undip*, 1, 1-13.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Predana Media Group.
- Kasmayati. (2013). *Optimisme remaja penyandang cacat akibat kecelakaan*. Retrieved November 20, 2013, from <http://journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/1539>
- Lestari, R & Koentjoro. (2002). Pelatihan berpikir optimis untuk meningkatkan harga diri pelacur yang tinggal di panti dan luar panti sosial. *Indigenous, Jurnal ilmiah berkala psikologi*, 6, 134-146.

- Limono, S.S. (2013). *Terapi kognitif dan relaksasi untuk meningkatkan optimisme pada pensiunan universitas X*. Surabaya: Universitas Surabaya.
- Maslow, A.H. (1994). *Motivasi dan kepribadian 2*. Edisi kedua. Jakarta: Midas Surya Grafindo.
- Poryono, H. (2009). *Hubungan antara Health Locus of Control dan Optimisme dengan Intensitas Merokok*. Surabaya: Universitas Surabaya.
- Putri, T.A. (2013). *2,8 Juta lansia Indonesia telantar*. Retrieved September 20, 2013, from <http://www.tempo.co/read/news/2013/05/26/173483297/28-Juta-Lansia-Indonesia-Telantar>
- Salim, O.C., Sudharma, N.I., Kusumaratna, R.K., Hidayat, A. (2007). Validitas dan reliabilitas World Health Organization Quality of Life-BREF untuk mengukur kualitas hidup lanjut usia. *Universa Medicina*, 26(1), 27-38.
- Santrock, J.W. (2011). *Masa perkembangan anak*. Edisi kesebelas. Jakarta: Salemba Humanika.
- Seligman, M.E.P. (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: Momentum.
- Snyder, C.R. & Lopez, S.J. (2005). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University.
- Soedarsono, S. (2000). *Menepis krisis identitas-penyemaian jati diri*. Edisi Kedua. Jakarta: Gramedia.
- Weinsten, N.D. (1987). Unrealistic optimism about susceptibility to health problem: conclusions from a community-wide sample. *Journal of behavioral medicine*, 10(5), 481-500.