



SUCCESSFUL AGING: ANAK YANG BERHASIL DAN BERBAKTI

Received: 14th December 2016; Revised: 08th January 2017; Accepted: 17th February 2017

Masnida Khairat

UIN Imam Bonjol Padang

Email: masnida@gmail.com

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran dinamika pencapaian *successful aging* pada lansia. *Successful aging* adalah sebuah kondisi dimana lansia mengalami kepuasan atas dirinya dari segi fisik, psikologis, kognitif, sosial, dan finansial yang juga akan mendatangkan kepuasan bagi orang-orang di sekitarnya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dari penelitian ini adalah seorang lansia yang memiliki kondisi fisik dan psikis yang baik, berusia 86 tahun berdomisili di Surakarta. Proses pengumpulan data dilakukan melalui proses wawancara mendalam kepada subjek dan diverifikasi melalui triangulasi sumber yakni kepada cucu dari subjek. Pertanyaan dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran dinamika pencapaian *successful aging* pada lansia? Hasil penelitian 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 dan merasa bahagia karena semua anak telah berhasil dan berbakti kepada orang tua. Hal ini mendatangkan persepsi positif bagi lansia akan masa tuanya. Selain itu, memiliki peran dan bermakna bagi orang lain serta dapat beribadah membuat lansia mencapai penuaan yang sukses. Keberhasilan anak yang mendatangkan perasaan bahagia pada lansia secara tidak langsung menyebabkan lansia memiliki kondisi fisik yang baik dan sebagai investasi bagi lansia di masa tuanya

Kata Kunci: *successful aging*, lansia, kebahagiaan

PENDAHULUAN

Havighurst (dalam Mönks dkk., 2004) menyatakan bahwa kehidupan manusia itu akan melalui proses perkembangan dalam tahap yang berbeda dimulai sejak masa bayi, anak-anak, remaja, dewasa, sampai dengan usia lanjut. Setiap hal yang terjadi pada masing-masing tahap tersebut mempunyai arti penting dalam perjalanan hidup seseorang, misal masa bayi sebagai tahap dimana mengenal dunia melalui oral (mulut). Setiap tahap perkembangan itu juga ditandai

dengan tugas-tugas perkembangan yang khas dan harus dipenuhi. Mönks dkk. (2004) menyebutkan bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada tahap tertentu akan mempengaruhi keberhasilan tugas perkembangan pada tahap selanjutnya.

Hurlock (1980) menyatakan bahwa masa usia lanjut merupakan tahap perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan adanya penurunan dan kemunduran atau degeneratif

pada kondisi fisik, psikis, maupun sosial. Penurunan pada fungsi fisik berarti adanya perubahan pada sel-sel tubuh yang terjadi secara alamiah dikenal juga dengan penuaan (*aging*). Selanjutnya, penurunan dari segi psikis atau psikologis munculnya berbagai perasaan negatif pada lansia, seperti perasaan tidak senang pada diri sendiri, orang lain, pekerjaan, dan kehidupannya. Penurunan dari segi sosial, kebanyakan lansia memiliki interaksi yang sedikit dengan lingkungan di sekitarnya. Sedikitnya ruang lansia dalam bersosialisasi merupakan akibat dari proses penuaan fisik dan psikis.

Tugas perkembangan yang harus dipenuhi lansia adalah berkaitan dengan penyesuaian terhadap berbagai penurunan yang dialaminya. Tugas perkembangan yang paling sulit akan dihadapi lansia berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap pekerjaan dan kondisi keluarga (kehilangan pasangan). Lansia yang dapat memiliki penyesuaian diri yang baik, maka lansia akan mengembangkan citra diri positif sebagai seorang lansia yaitu mencapai *successful aging* dimana individu akan mengembangkan persepsi positif yakni merasa dirinya masih berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga, masyarakat, serta memiliki karir (Hurlock, 1980).

Individu pasti memiliki keinginan untuk mempunyai kehidupan yang baik dan nyaman di usia tuanya. Keberhasilan lansia dalam melakukan penyesuaian pada berbagai proses penurunan atau degeneratif yang dialaminya melalui usaha dan strategi akan mencapai penuaan yang berhasil (*successful aging*).

Sebagaimana menurut Havighurst (dalam Imawasa dan Iwasaki, 2011) menyatakan *successful aging* adalah sebuah kondisi dimana orang tua lanjut 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. Misal, lansia mempunyai aktivitas yang disukai sesuai

kondisinya dan keluarga juga memberikan dukungan.

Kaplan (1998) menyatakan *successful aging* ini berkaitan dengan masalah perubahan secara alamiah peran seorang individu dalam masyarakat (pensiun) atau tetap memiliki aktivitas yang sama seperti saat muda. Lebih lanjut hal ini akan merujuk pada dua teori yang melandasinya, teori aktivitas dan teori pelepasan. Masing-masing teori ini memiliki pandangan yang berbeda dalam melihat lansia yang memiliki kepuasan hidup yang besar sebagai refleksi dari *successful aging*. Akan tetapi, lansia yang memiliki masa tua yang sukses akan berbeda antara yang satu dengan yang lainnya. Hal ini berkaitan dengan perbedaan individual manusia dalam melalui hidup.

Baltes & Baltes (Hilton, Gonzalez, Saleh, Maitoza, dan Anngela-Cole, 2012) mengungkapkan proses optimisasi selektif dengan model kompensasi dari penuaan yang sukses sebagai strategi yang digunakan lansia untuk mengatur hidupnya (seleksi, optimisasi, dan kompensasi). Lansia memaksimalkan kelebihanannya untuk meminimalkan penurunan (degeneratif) yang dialaminya.

Pencapaian *successful aging* ini tidak hanya dipengaruhi oleh diri lansia itu sendiri, tetapi juga perlu adanya perhatian dan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Lansia akan menjadi pribadi yang sukses karena telah menerima keadaannya di masa tua dan masih dapat beraktifitas sesuai keadaannya yang didukung penuh oleh keluarga, teman, dan komunitasnya.

Berdasarkan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2014 yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik tercatat terjadinya penurunan angka kelahiran, peningkatan angka harapan hidup, dan bertambahnya jumlah penduduk lansia di Indonesia setiap tahunnya. Hal ini menunjukkan bahwa struktur penduduk Indonesia bertransisi ke arah struktur penduduk tua (*ageing population*). Selanjutnya, angka harapan hidup Indonesia menurut hasil survei Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2010-2015 berkisar 70,1 tahun. Angka harapan hidup ini pun ditandai

dengan banyaknya jumlah populasi usia lanjut yang ada di Indonesia. Salah satu provinsi yang memiliki proporsi lansia terbesar ialah provinsi Jawa Tengah sebesar 11,11 persen. Meskipun secara alamiahnya seseorang yang berusia lanjut akan mengalami berbagai penurunan fungsi fisik, namun tingginya usia harapan hidup ditandai dengan adanya usaha lansia untuk dapat berhasil di hari tuanya atau mencapai *successful aging*. Hal itulah yang akan penulis bahas lebih lanjut dalam penelitian ini dari seorang kakek yang berdomisili di Solo.

Kasus yang penulis uraikan dalam penelitian ini adalah seorang kakek berumur 86 tahun dan memiliki keadaan fisik yang masih kuat. Aktivitasnya saat muda adalah bertani. Beliau sangat menikmati hidup di masa tuanya dan memiliki emosi yang positif sehingga tidak mau sakit. Subjek sering berkunjung ke rumah anak-anaknya untuk mengetahui perkembangan cucu-cucunya. Pasangan hidup subjek sudah lama meninggal. Penurunan fungsi fisik yang dialami subjek terkait usianya, tidak mempengaruhi usia harapan hidup subjek.

Berdasarkan uraian di atas, penulis ingin mengetahui dan memahami lebih lanjut tentang pencapaian *successful aging* yang dialami lansia. Oleh karena itu, pertanyaan penelitian yang diajukan adalah bagaimana gambaran dinamika pencapaian *successful aging* pada lansia?

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *case study* atau studi kasus. Penelitian kualitatif digunakan untuk melihat suatu kondisi secara alamiah dan mendalam dengan peneliti sebagai instrumen atau kunci dari penelitian tersebut (Sugiyono, 2012). Metode kualitatif dapat digunakan untuk mengungkap dan memahami sesuatu di balik fenomena yang sedikit pun belum diketahui. *Case study* merupakan pengujian secara rinci terhadap satu latar atau satu orang subjek atau tempat

penyimpanan dokumen atau satu peristiwa tertentu.

Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer adalah seorang lansia berinisial S dan berjenis kelamin laki-laki yang berusia 86 tahun. Pada masa tuanya, lansia ini sangat menikmati peran yang dimilikinya sebagai seorang ayah dan kakek. Selanjutnya, sumber data sekunder atau informan dalam penelitian ini untuk menguji keabsahan data yang diperoleh dari sumber data primer adalah cucu dari subjek.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan wawancara. Teknik wawancara yang dilakukan ialah wawancara semi terstruktur dengan menggunakan daftar pertanyaan yang dapat disesuaikan dengan kondisi di lapangan. Subjek diwawancarai sebanyak dua kali dengan suasana yang nyaman dan tidak direkam sesuai kemauan subjek. Kemudian untuk mengetahui keabsahan data dari subjek, maka dilakukan wawancara kepada cucu dari subjek penelitian.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dengan pendekatan studi kasus mengacu langkah-langkah yang diungkapkan oleh Stake (dalam Creswell, 1998). Prosedur analisis data, yaitu: pengumpulan data berdasar kategori (*categorical aggregation*); interpretasi langsung (*direct interpretation*); menetapkan sebuah pola (*pattern*) dan mencari kesesuaian antara dua kategori atau lebih, serta mengembangkan generalisasi naturalistik (*naturalistic generalizations*) dari analisis data.

HASIL

Penelitian ini menemukan beberapa tema yang menggambarkan kondisi masa lalu dan masa kini subjek untuk mengungkap dinamika pencapaian *successful aging* pada lansia. Beberapa tema yang ditemukan, yaitu

Masnida Khairat, *successful aging*: Anak yang berhasil dan berbakti 21 fungsi fisik, psikologis, kognitif, sosial, spiritualitas, dan finansial.

Masih jelas. Saya baca masih bisa (melihat), jauh-dekat. Ya.. itu saya bahagia.

Subjek adalah seorang kakek berusia 86 tahun yang semasa muda bekerja sebagai petani. Pasangan hidup subjek telah lama meninggal dunia dikarenakan sakit. Subjek memiliki 6 orang anak kandung, yaitu 3 orang laki-laki dan 3 orang perempuan. Lima orang anak telah menyelesaikan pendidikan hingga perguruan tinggi, tetapi anak yang terakhir hanya menyelesaikan pendidikan sampai tingkat SMA. Kelima orang anak subjek tersebut telah memiliki pekerjaan yang layak dan baik yakni pegawai negeri, sedangkan anak yang terakhir dinilai subjek memiliki pekerjaan yang belum sebaik anak yang lain.

Di Solo cuma tiga orang, anak yang paling tua; ibunya R; sama anak yang kelima laki-laki. Dua orang di desa dan anak yang kedua laki-laki di Jakarta. Sekarang sudah bintang empat di ABRI. Anak saya empat orang itu PNS dan yang paling kecil itu tamat SMA.

Kalau sekarang SMA itu ndak ada apa-apanya. Dia itu dulu tidak mau lanjut, ya terserah. Wong.. dia yang jalani hidup.

Kondisi fisik di masa lalu dan masa kini terlihat seimbang, meski subjek telah mengalami berbagai penurunan fungsi fisik sesuai pertambahan usianya. Aktivitas produktif yang dilakukan subjek di masa lalu, membuat subjek juga tetap melakukan hal-hal yang dirasanya sanggup di masa tua. Secara fisik, penglihatan subjek masih baik untuk melihat jarak jauh dan dekat. Selanjutnya, subjek masih terlihat bugar dan sehat di usia yang sudah melewati 80 tahun, yakni masih bisa bersepeda secara perlahan di desa dan memelihara ikan lele sesuai pernyataan subjek dan diperkuat oleh cucu beliau.

Di desa saya masih suka sepedaan. Yo.. pelan-pelan.

Kalau ke tempat yang dekat-dekat, seperti dari rumah Om Y ke rumah Bulik M, atau sebaliknya, dan juga ke tetangga-tetangga sekitar desa, mbah kakung masih kuat naik sepeda.

Silaturahmi ke tetangga-tetangga, sekarang mbah kakung punya kolam lele, ternak lele di belakang rumah om Y. Baru sekitar satu bulan.

Pada usia tuanya, subjek sering memantau dan mengunjungi anak-cucu atau sebaliknya. Untuk bepergian dalam jarak dekat, subjek masih bisa melakukannya sendiri. Namun, jika bepergian cukup jauh, subjek akan ditemani oleh anaknya.

Tidak ada aktivitas apa-apa. Hanya lihat putu, sana sini. Ya.. saya mendorong bagaimana belajar yang baik. Sekarang itu bagi saya bahagia.

Ya.. kira-kira empat bulan ini saya tidak boleh sendiri tapi kemauan saya masih ada. Tapi anak-anak ndak boleh. Kemauan masih kuat, tapi anak-anak ndak boleh. Jadi, kemana-mana dijemput.

Subjek tetap menjaga dan memperhatikan kesehatannya dan tidak jarang akan berkonsultasi kepada dokter. Menurut pengakuan subjek dan diperkuat oleh cucu beliau, subjek lebih sering melakukan puasa *mutih*. Subjek mengakui makan tidak seberapa dan lebih banyak puasa. Hal ini diyakini subjek sebagai rasa syukur dan membuat subjek merasa lebih sehat. Akan tetapi, hingga saat ini subjek tidak bisa terlepas dari rokok sehingga terkadang sesak nafas. Anak dan cucu akan sering mengingatkan subjek terkait hal ini.

Makan itu sedikit. Makan saya itu tidak seberapa. Banyak puasa.

Tiap hari, seminggu makan seminggu tidak. Puasanya mutih.

Sakit ya..ndak apa-apa. Tetap puasa. Kecuali saya dibilang dokter tidak boleh, ya..itu baru. Gimana ya.. saya hanget saja, masuk angin saja ke dokter.

Pada fungsi psikologis, perasaan bangga dan bahagia membuat subjek panjang umur dan memiliki harapan hidup yang tinggi. Hal tersebut disebabkan oleh subjek dapat melihat keberhasilan anak dan cucunya di masa tua beliau. Selain itu, subjek juga merasa bahagia karena anak-anak yang berbakti kepada orang tua. Perasaan bahagia itu membuat subjek juga jarang sakit. Selanjutnya, subjek memiliki kebanggaan bahwa cita-cita dan harapannya telah tercapai.

Bangga itu awet, memperpanjang umur. Kalau orang seneng itu memperpanjang umur. Meskipun berat, tapi kelihatannya itu ringan dan seneng kok.

Sekarang yang saya sukai hanya melihat anak-putu. Anak dan cucu itu berhasil sudah seneng. Ndak ada, mau apa lagi. Kebahagiaan saya hanya itu.

Seneng itu panjang umur.. Ya.. kalau bisa (hidup lama). Sampai semua berhasil. Seneng, bahagia. Saya bahagia. Saya bahagia, lebih-lebih melihat anak-cucu itu sudah bahagia. Maka kalau saya ke tempat cucu, saya ingin tahu bagaimana pendidikannya.

Kebanggaan subjek terhadap anak-anaknya terkait prinsip yang ditanamkan subjek tentang pentingnya pendidikan dan berbakti pada orang tua. Subjek hanya bisa menempuh pendidikan sampai kelas III Sekolah Rakyat (setingkat SD saat zaman pendudukan kolonial Belanda) karena keterbatasan dana saat itu. Meskipun begitu, subjek memiliki harapan bahwa kelak semua anaknya harus bisa lebih baik dari dirinya. Prinsip beliau sempat tidak disetujui oleh istri, namun berkat kerja keras subjek

membuktikan pentingnya pendidikan bagi anak-anaknya dan istri beliau pun menyetujui..

Saya dulu itu cuma Sekolah Rakyat juga tidak sampai tamat, cuma sampai kelas 3. orang tua saya tidak mampu waktu itu membiayai saya.

Ndak.. yang kita maksud anak-anak itu kepada orang tua menyatakan bahwa dia itu, cara Jowonya bekti, menghormati jasa orang tua. Kebanggaannya itu.

Anak laki-laki itu terserah mereka. Wong.. nanti hidup mereka yang jalani. Kalau anak yang perempuan itu saya dukung terus, walau istri saya sempat tidak setuju. Anak perempuan toh akan mengurus rumah, jadi tidak perlu sekolah tinggi-tinggi. Saya tidak mau anak saya seperti itu.

Pentingnya pendidikan ditekankan subjek pada anaknya yang perempuan, sedangkan untuk anak laki-laki diberikan kebebasan untuk memilih. Hal ini disebabkan berkembangnya pemikiran di masyarakat dahulu untuk apa anak perempuan sekolah tinggi. Kegigihan subjek membuat semua anaknya bisa mengenyam pendidikan. Dikarenakan keberhasilan anak-anaknya, membuat prinsip subjek tentang pentingnya pendidikan pun diterima oleh masyarakat sekitar. Subjek pun kemudian menjadi teladan bagi yang lain.

Ya. Di Jawa, bila anak pertama laki-laki itu sebuah kebanggaan. Tapi anak saya yang pertama itu perempuan. Biasanya perempuan tidak boleh sekolah dan hanya dianggap batu. Saya tidak mau anak saya seperti itu. Karena itu anak saya yang pertama itu harus tetap sekolah, begitu juga adik-adiknya yang perempuan.

Tiap hari itu saya kontrol putu. Sekolah itu saya kontrol. Anak berhasil kan seneng. Tidak ada rasa berat.

Sekarang di desa sudah ngikutin saya. Anak perempuan tonggo-tonggo itu sudah sekolah. Ya, saya senang. Menurut saya, punya cita-cita itu harus diwujudkan sampai berhasil.

Ya.. lebih-lebih kalau ada orang sekolah itu saya senang. Bersyukur... anaknya tonggo-tonggo itu sekolah saya bimbing. Situ harus gini, situ harus gini, situ harus gini.

Di desa juga begitu, sampai hari ini. Saya kasih nasihat.

Subjek sempat merasa kehilangan semangat hidup saat istri beliau meninggal dunia. Perasaan bingung akan hidup yang dijalannya saat pasangan telah tiada dan semua anak telah berkeluarga. Namun berkat dukungan dari anak, saat ini subjek telah merasa baik dan tidak terpuruk lagi dengan kematian istrinya. Akan tetapi, saat ini subjek menekankan pada perasaan bahagia yang dimilikinya. Cucu subjek pun mengakui bahwa subjek merasa bahagia di usia tuanya dengan adanya anak dan cucu di sekitarnya, jauh berbeda dengan kondisi subjek saat istri baru meninggal dunia.

Saya itu tinggal seorang diri kok, tidak punya istri.

Perasaan saya selama ditinggal e.. pada waktu itu ya.. bayangan-bayangan akan kemana ini nanti. Saya akan kemana dan bagaimana. Saya masih bingung dan umumnya anak-anak ini sudah mencar. Kalau sekarang ya.. sudah tidak terbayang. Saya harus gini. Wong.. saya bicara ini nantinya lupa, kadang kala ingat kadang kala tidak.

Sangat jauh berbeda, kalau dulu mbah kakung terlihat sangat kehilangan mbah putri. Saat ini mbah kakung terlihat sangat bahagia dan menikmati perannya sebagai bapak dan kakek bagi anak cucunya.

Adapun dari fungsi sosial yang dimiliki subjek di usia tuanya, yaitu teman yang seusia dengan beliau di desa sudah tidak ada. Namun, subjek masih sering berkumpul bersama dengan teman yang usianya lebih kecil (usia 60 atau 70 tahun) untuk berdiskusi. Hal yang biasanya dilakukan subjek ialah memberikan saran atau nasihat tentang pengalaman hidupnya saat berkumpul dengan teman-temannya jika memang diperlukan. Menurut cucu subjek, beliau telah dianggap sebagai sesepuh dalam masyarakat.

Sekarang yang sejajar dengan saya tidak ada. Yo, kadangkala ngumpul sama orang muda-muda itu. Ya, 60, 70 tahun.. yang sejajar saya ndak ada.

Ya.. itu bagaimana hidup yang anda tanyakan. Ya..saya tunjukkan pada waktu saya. Saya sangat bersyukur dan saya juga sering dimintai pendapat.

Ngomong yang tidak ada gunanya itu saya ndak senang. Maka kalau ada orang tanya, ya.. kita beri pada waktu saya masih muda sampai hari ini. Kalau situ mau ya monggo, kalau tidak ya jangan. Sebab, kalau toh dia tidak mau yang saya berikan itu kan nggak ada artinya. Kalau dia tanya, saya jawab. Gini..gini..

Selanjutnya, hubungan subjek dengan keluarga lebih intens kepada anak dan cucu. Subjek akan mengunjungi anak dan cucu yang dekat dengannya atau berkomunikasi dengan anak kedua yang tinggal jauh dari subjek. Atau anak dan cucu akan mengunjungi subjek langsung di desa.

Saya pergi ke tempat anak atau anak-anak pasti langsung ke sana (desa). Ya.. kebahagiaan itu.

Ya.. menurut situasinya. Kalau seperti itu (mengirim uang) tidak apa-apa. Tetapi setidaknya ya harus memberikan tahu, telpon. Kalau perlu ya.. jangan hanya sampai itu saja, tapi harus datang. Ya.. itu sudah

bangga. Kebanggaan itu sebenarnya tidak perlu diucapkan, misal anak saya begini. Tetapi kadang bocor.

Aktivitas subjek masih sama dengan yang dilakukan saat muda dan tidak melakukan hal-hal yang baru untuk mengasah fungsi kognitifnya. Ingatan subjek tentang masa lalu sangat baik, namun untuk mengingat hal-hal yang sekarang terkadang lupa. Menurut subjek, keputusannya dalam menekankan pentingnya pendidikan kepada anak adalah sesuatu yang baik dan berharap hal tersebut ditiru sampai ke cucu. Selanjutnya, subjek biasanya mendengarkan berita dan membaca koran untuk melatih pikirannya menurut cucu beliau.

Sampai sekarang masih sama saja dari mulai muda sampai hari ini. Ingat (pengalaman saat muda). Ini lho, akan bicara apa kadang saya sudah lupa.

Memberikan contoh kepada anak itu harus dengan senang hati, biar anak itu senang. Ya.. jangan sampai keberatan disampaikan pada anak, bahaya. Anak jadi lemah. Jadi, cuma saya yang tahu beratnya. Sekarang anak merasakan benar yang saya ajarkan. Hendaknya ditiru untuk dilakukan pula ke anaknya. Saya berharap yang saya lakukan itu ditiru sampai ke cucu.

Pada fungsi spiritualitasnya, subjek memiliki ibadah yang tetap sama seperti saat muda. Menurut subjek, ibadah menjadi hal yang penting dan tetap dilakukan subjek sejak masih muda bukan hanya di saat tua. Subjek selalu berdo'a kepada Allah swt. supaya diberi kebaikan dalam hidup dan akan memberikan bantuan dengan suka rela. Subjek juga menjadi orang yang bijaksana di lingkungannya yaitu melalui prinsip bahwa hidupnya harus berperan atau punya kebaikan bagi orang lain. Subjek pun punya keyakinan bahwa berbuat baik di dunia akan menerima hasil yang baik di akhirat dan langsung melakukan kebaikan itu. Cucu subjek pun menyatakan bahwa subjek masih sering berpuasa. Kegiatan berpuasa ini

dilakukan subjek karena terbiasa saat masih muda dan terkadang karena nazar bagi anak dan cucu.

Memohon kepada Tuhan, panjang umur, banyak rezeki, bisa memberikan biaya pada anak-anak. Penting sekali. Ibadah itu membuat hidup akan lebih mudah dengan usaha dan do'a. Ya.. itu saya katakan tadi saya itu sejak muda ibadahnya sudah seperti itu

Ya.. gitu. Saya berikan itu ketika saya masih muda sampai hari ini. Ini yang kita kerjakan. Kebiasaan. Ya.. tadi saya katakan tujuan itu e.. harus di.. bersama-sama dengan pikiran dan tenaga.

Padahal kita hidup itu berperan. Kalau saya tidak hidup, bagaimana anak-cucu dan harus berkembang.

Ya.. kalau kita menanam yang baik ya di sana nanti (akhirat) ya baik. Jangan hanya bicara. Tapi praktekan. Kalau orang bicara sekarang itu banyak, tapi nyatanya mana.

Pendapatan subjek sepenuhnya berasal dari anak-anak. Subjek menganggap uang bukan hal yang penting di usianya. Pendapatan yang dimiliki subjek di saat muda fokus untuk pendidikan anak-anaknya dan sekarang subjek telah melepaskan wewenang hartanya kepada anak. Hasil kerja di saat muda telah dibagi untuk anak. Untuk sekarang, subjek lebih menikmati untuk melakukan sesuatu yang disukainya dan mendatangkan kebahagiaan.

Ya.. sekarang gini. Anak yang memberi.

Menurut muda saya waktu itu, saya punya modal 4000 m tanah. Nah.. sekarang beri pada anak buat dibagi.

Anak berhasil itu, saya sudah bangga kok, bukan karena uang atau materi. Uang itu apa, kalau sudah tua itu buat apa. Mangan saja nggak enak kok. Saya muda dulu, modal

Masnida Khairat, *successful aging*: Anak yang berhasil dan berbakti 25
 yang saya punya itu untuk anak sekolah. Jadi, melihat anak mau sekolah saya senang sekali.

Belum tentu orang kaya bahagia. Bahagia itu tidak bisa dibilang. Kebahagiaan itu kalau anak-anak berhasil.

Menurut pernyataan cucu subjek, uang atau materi tidak begitu penting dinilai subjek, namun juga relatif dengan keadaan beliau. Subjek tidak melakukan hal yang berarti saat masih muda untuk menjamin keamanan finansialnya di masa tua. Subjek menganggap keberhasilan anak sebagai investasi bagi beliau.

Sangat relatif dan tidak begitu penting bagi mbah kakung sekarang. Mbah kakung percaya bahwa semua anaknya pasti akan berbakti dan merawat beliau, jadi tidak ada yang dilakukan mbah kakung untuk menjamin keamanan finansial.

DISKUSI

Berdasarkan temuan di atas, terdapat beberapa hal yang terjadi dalam pencapaian *successful aging* bagi subjek (dari kasus yang dibahas). Adanya beberapa fungsi yang dimiliki subjek dan bekerja secara harmonis sehingga subjek mencapai usia tua yang berhasil, yaitu fungsi fisik, psikis, sosial, kognitif, spiritual, dan keamanan finansial. Hal ini sejalan dengan penelitian Iwamasa dan Iwasaki (2011) tentang *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. Konsep ini menunjukkan bahwa menentukan berhasil atau tidaknya lansia di masa tuanya menyangkut berbagai hal yang penting menurut lansia tersebut dan kebudayaannya.

Akan tetapi, untuk temuan yang didapatkan dalam penelitian ini dari enam fungsi yang dimiliki oleh lansia dalam penuaan yang berhasil, terdapat fungsi psikologis, sosial dan spiritual lebih dominan

bagi subjek. Keberhasilan yang dimiliki subjek di usia tuanya lebih disebabkan perasaan bangga dan bahagia karena memiliki anak dan cucu yang berhasil dan berbakti, memiliki lingkungan sosial yang mendukung, dan kegiatan beribadah yang masih dapat berjalan dengan baik. Gambaran umum dari pencapaian *successful aging* pada subjek dapat dilihat pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Dinamika pencapaian *successful aging* pada lansia

Penelitian yang dilakukan oleh Craciun (2011) menemukan bahwa pandangan orang tua lanjut terhadap umurnya dibentuk oleh lingkungan sosial dan budaya. Orang tua lanjut akan menganggap diri mereka sebagai beban ketika lingkungan sosial beranggapan lansia itu sebagai individu yang tidak berguna. Lingkungan yang memberikan kepercayaan dan dukungan penuh terhadap lansia akan membuat lansia memiliki pandangan positif tentang dirinya dan hidupnya. Lansia tidak akan merasa kesepian (*loneliness*) dan kekosongan (*emptiness*) bagi lansia yang memiliki pasangan hidup telah meninggal dunia. Oleh karena itu, *successful aging* bukan hanya bayangan, tapi dapat dicapai oleh setiap lansia dengan strategi yang tepat.

Temuan penelitian ini pun membuktikan dengan adanya dukungan dari orang-orang di sekitar lansia baik keluarga dan masyarakat, membuat subjek memiliki persepsi positif terhadap dirinya. Meskipun di usia tuanya subjek telah kehilangan istri, namun karena perhatian dari anak dan cucu, subjek merasa keberadaannya dihargai dan dihormati. Selain itu, perasaan berharga pun muncul saat subjek masih dapat membantu orang lain, seperti memberi nasihat dan motivasi serta dianggap sesepuh dan orang bijak di lingkungannya.

Rowe dan Kahn (1997) mendefinisikan *successful aging* adalah sebuah konsep dimana orang tua lanjut dan orang-orang di sekitarnya bisa mencapai sebuah kepuasan secara fisik, psikis, dan sosial sepenuhnya dengan menunjukkan potensi yang positif pada setiap hal tersebut. Selanjutnya, *successful aging* dalam beberapa literatur (Hilton, dkk., 2012) terdiri dari dua pendekatan, yaitu: *Pertama*, perspektif *biomedical*, mendefinisikan *successful aging* dengan hidup dalam waktu yang lama, kesehatan fisik dan mental serta keberfungsian, dan pelepasan sosial. *Kedua*, perspektif psikososial, menekankan pencapaian satu potensial, kesejahteraan psikologis dan sosial, adaptasi, kontrol diri, produktivitas, kompetensi sosial, efisiensi kognitif, dan keberfungsian secara sosial. Pada kasus ini terlihat subjek memiliki kepuasan terhadap dirinya karena bahagia melihat keberhasilan anak-cucu, mewariskan prinsip tertentu pada generasi selanjutnya dan memiliki keberfungsian fisik yang masih baik serta hidup dalam waktu yang lama.

Keberhasilan subjek dalam mencapai penuaan yang berhasil terlihat dari kepuasan pada dirinya sendiri. Subjek akan melihat kemampuan fisiknya untuk melakukan sesuatu dan akan meminta bantuan jika tidak bisa melakukannya. Aktivitas berupa mengunjungi anak-cucu menjadi hal yang disukainya. Subjek tidak pernah mengeluh dengan kondisinya dan sedapat mungkin menjaga kebiasaan saat muda, seperti berpuasa. Hal ini berbeda dengan pendapat

Satlin, Weintraub, Powell, & Whitla (dalam Santrock, 2002) yang menyatakan bahwa untuk mencapai penuaan yang berhasil lansia perlu mempertimbangkan pola hidupnya, yakni dengan melakukan usaha-usaha dan keterampilan untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi dalam proses degeneratif. Meskipun subjek dalam kasus ini tidaklah mengembangkan keterampilan secara aktif, namun melakukan aktivitas yang disukainya menjadi hal yang menyebabkan subjek dapat mencapai *successful aging*.

Penelitian ini juga menemukan bahwa subjek tidak memiliki pandangan negatif terhadap dirinya sehingga secara umum subjek selalu menekankan perasaan bahagia di usia tuanya. Aktivitas di usia muda yang lebih banyak dilakukan untuk menunjang pendidikan anak-anaknya menjadi kebanggaan bagi subjek. Hal ini dikarenakan subjek bangga bahwa prinsipnya berhasil dan dapat diterima oleh lingkungan tempat tinggalnya. Prinsip inilah yang berusaha untuk diturunkan oleh subjek pada generasi berikutnya baik cucu maupun tetangga. 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.

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 subjek memiliki keberfungsian secara sosial dan dianggap sesepuh di tempat tinggalnya

sehingga subjek merasakan keberadaannya dihargai dan dapat memberi bantuan menurut kemampuannya. Keberadaan subjek yang diterima secara hangat oleh anak dan cucu pun membuat dirinya tetap merasa bahagia.

Selanjutnya, subjek dapat mencapai penuaan yang berhasil dengan cara mampu melakukan sesuatu sesuai kemampuannya dan tidak memaksakan kehendak. Subjek lebih memilih untuk menikmati setiap hal yang terjadi di usia tuanya tanpa banyak mengeluh. Setiap aktivitas yang dilakukan subjek saat ini lebih diprioritaskan pada anak-cucu sehingga menimbulkan perasaan bangga dan bahagia pada dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Baltes dan koleganya (Santrock, 2002) bahwa salah satu cara untuk mencapai penuaan yang sukses ialah dengan melakukan seleksi, yaitu lansia yang sukses akan melakukan aktivitas dengan mempertimbangkan kondisi fisik dan psikisnya sehingga tidak memaksakan aktivitas seperti saat muda. Begitu pun hal yang sama dilakukan oleh subjek. Hal yang senada juga disampaikan Neugarten (dalam Suardiman, 2011) bahwa terdapat untuk mencapai usia lanjut yang berhasil (*successful aging*) akan terdapat perbedaan individual terkait dengan kepribadian, kebutuhan, dan minat seseorang. Oleh karena itu, pada subjek sendiri lebih menekankan fungsi psikologis yang terintegrasi dengan fungsi-fungsi lain sehingga membuatnya merasa bahagia dan berhasil di usia tua.

KESIMPULAN

Lansia yang mencapai *successful aging* (penuaan yang berhasil) terlihat dari aspek psikologis, memiliki perasaan bahagia dan bangga yang dominan karena dapat melihat keberhasilan anak-cucu, memiliki lingkungan sosial yang mendukung dan mau menerima keberadaan lansia, dan masih dapat beribadah serta berdo'a pada Allah swt. atas segala nikmat yang telah didapatkannya.

Perasaan bahagia tersebut membuat lansia memiliki kondisi fisik yang cukup baik di usia 86 tahun. Beliau masih mampu

melakukan berbagai aktivitas yang disukainya, terutama mengunjungi dan memantau perkembangan anak-cucu. Subjek berupaya untuk mewariskan prinsip yang dianutnya yaitu pentingnya pendidikan kepada anak, cucu, dan masyarakat umum. Selanjutnya, keamanan finansial bukanlah hal yang utama bagi subjek di masa tuanya. Keberhasilan anak menjadi investasi bagi subjek di masa tua karena yakin bahwa anak akan merawatnya. Anak-cucu yang memperhatikan dan berbakti kepadanya menjadi hal yang utama bagi subjek sehingga ingin memiliki umur yang panjang.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Badan Pusat Statistik. (2015). *Angka harapan hidup penduduk beberapa negara, 1995-2015*. Dipetik 5 Desember 2016, dari <http://www.bps.go.id>.
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Statistik penduduk lanjut usia 2014: Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional*. Dipetik 11 September 2017, dari <http://www.bps.go.id>.
- Craciun, C. (2011). Successful Aging-Utopia or the Result of Lifelong Learning? Meaning and Representations of Ageing in Romanian Elderly. *Ageing International* DOI 10.1007/s12126-011-9131-2
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiri and Research Design: Choosing Among Five Traditions*. California: SAGE Publication, inc
- Hilton, J. M., Gonzalez, C. A., Saleh, M., Maitoza, R. & Anngela-Cole, L. (2012). Perceptions of Successful Aging among Older Latinos, in Cross-Cultural Context. *Journal Cross Cultura Gerontology* No 27:183-199 DOI 10.1007/s10823-012-9171-4
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Terjemahan: Instiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga

- 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
- Kaplan, P. S. (1998). *The Human Odyssey: Life Span Development*, Third Edition. California: Brooks Cole Publishing Company
- Mönks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. (2004). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Rowe, J. W. & Kahn, R. L. (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*. Volume 37. Nomor 4. Page 433-440
- 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