



PSIKOEDUKASI DENGAN PENDEKATAN KASIH SAYANG UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN SANTRIWATI TENTANG KESEJAHTERAAN LANSIA

¹Annisa Ayu Kusumaningrum, ²Visalia Rachma, ³Setia Asyanti

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email: ¹ninisaieu@gmail.com, ²rachmavisalia@gmail.com, ³sa202@ums.ac.id

ABSTRAK

Decreased physical abilities and quality of life by the elderly can lead to decreased well-being. The elderly need to get support from the environment, including from the younger generation in order to be able to achieve optimal welfare. The aim is to increase the knowledge about elderly to the younger generation through psychoeducation activities with a affection approach. This approach emphasizes the importance of security, friendship, life motivation, and religious efforts through video. From 40 students, as many as 10 people aged 18-25 years are willing to participate in this psychoeducation. The increased knowledge of students measured by knowledge of the welfare to elderly compiled by researchers. The result was analyzed qualitatively and found evidence of increased knowledge of the students regarding the psychological well-being of the elderly.

Keyword: psychological wellbeing, elderly, the affection approach, psychoeducation

1. PENDAHULUAN

World Health Organization atau WHO (2013) mengelompokkan usia lansia yakni

lansia atau elderly (55-65 tahun, lansia muda atau young old (66-74 tahun), lansia tua atau old (75-90 tahun) dan lansia sangat tua atau very old (diatas 90 tahun) (Setyaningsih, 2020).

Departemen Kesehatan (Depkes) Republik Indonesia (2009) memiliki penggolongan lansia yang berbeda yakni lansia awal (46-55 tahun), lansia akhir (56-65 tahun) dan manula (> 65 tahun) (Amin & Juniati, 2017).

Berdasarkan pada Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) BPS tahun 2016, jumlah masyarakat lansia di Indonesia telah mencapai 22,4 juta jiwa atau sekitar 8,69% dari jumlah penduduk Indonesia (Prabawati, 2020). Menurut data hasil sensus penduduk tahun 2020 presentase penduduk lansia di provinsi Jawa Tengah terjadi peningkatan menjadi sebesar 12,15 persen dari jumlah total penduduk Jawa Tengah sebanyak 36,52 juta jiwa. Jawa Tengah dapat dikatakan telah memasuki masa *aging population* sebab presentase penduduk usia 60 tahun ke atas telah mencapai lebih dari 10 persen (BPS, 2021).

Dengan bertambahnya umur, lansia menghadapi berbagai perubahan dalam hidupnya seperti tidak mampu produktif kembali, mengalami penurunan kemampuan fisik dan mental, mulai pensiun, ditinggal pasangan hidup, memiliki penyakit, dan menghadapi kematian (Mardiana & Zelfino, 2014). Penurunan kemampuan fisik, yang sebenarnya merupakan proses alamiah, membuat lansia merasa dirinya menjadi beban bagi orang lain dan memunculkan perasaan tidak berguna lagi bagi orang di sekitarnya. Kehilangan pasangan atau teman juga memunculkan perasaan sedih dan kesepian. Kondisi-kondisi ini bisa menjadi sumber permasalahan psikologis bagi lansia (Nalle & Soetjningsih, 2020). Ketidaksiapan lansia dalam menghadapi perubahan-perubahan tersebut dapat mengakibatkan lansia menjadi rentan mengalami tekanan yang dapat berakhir pada perasaan putus asa (Dyah & Fourianalistyawati, 2018). Maryam (dalam Putu & Agestin, 2019) juga menyebutkan bahwa sebagian lansia kurang mampu menerima keadaan dirinya, kurang mampu berserah diri, lebih senang menyendiri, kurang

beraktivitas, berpikiran tidak lagi dibutuhkan keluarga dan memiliki perasaan-perasaan negatif seperti marah, murung, putus asa, pemarah. Apabila berbagai permasalahan psikologis dan sosial yang dialami lansia tersebut, tidak terselesaikan maka dapat menimbulkan pada permasalahan yang lebih kompleks (Sulistiowati, 2015).

Kondisi di atas menunjukkan bahwa lansia rentan mengalami masalah kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (dalam Nalle & Soetjningsih, 2020) kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat menerima diri secara apa adanya (*self-acceptance*), membangun hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya (*positive relation with others*), memiliki kemandirian untuk dapat menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), penguasaan pada lingkungan (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan juga mampu mewujudkan potensi yang dimilikinya secara berkelanjutan (*personal growth*). Pada lansia, dalam mencapai kesejahteraan psikologis hendaknya dapat menerima dan bersikap positif terhadap perubahan status atau dapat beradaptasi dengan perubahan yang dialaminya.

Berdasarkan teori Ryff, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi psychological well-being adalah kepribadian dan faktor lainnya adalah status sosial ekonomi, jaringan sosial, kompetensi pribadi, religiusitas, dan jenis kelamin (Fitriani, 2016). Kondisi psychological well-being pada lansia berhubungan erat dengan faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal, status ekonomi yang berbeda juga menunjukkan tingkat psychological well-being yang berbeda-beda pula (Astutik, Indarwati, Misbahatul 2019). Ryff juga menyampaikan bahwa kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana kondisi seseorang itu memiliki rasa nyaman, damai dan bahagia berdasarkan penilaian diri secara subjektif dan bagaimana manusia

itu mencapai potensi mereka. Penelitian mengungkapkan terdapat hubungan yang hangat dengan orang lain, tetap mandiri pada kehidupannya, mampu menghadapi serta mengontrol perubahan di lingkungan, masih memiliki arti dalam kehidupan, artinya seseorang dapat dikatakan mencapai kondisi sejahtera secara psikologis (Utomo, Pratama, Sriati, 2018).

Pemerintah di Indonesia sebenarnya telah melakukan berbagai upaya untuk memberikan layanan untuk kesejahteraan lansia melalui : 1) posyandu lansia di tiap desa yang memiliki layanan bagi lansia, 2) program dari departemen kesehatan yang memberikan informasi kesehatan bagi lansia, 3) mengembangkan lembaga untuk merawat lansia yang memiliki penyakit kronis, 4) program dari departemen agama yang memberikan layanan keagamaan dan mental spiritual bagi lansia, 5) memfasilitasi sarana dan prasarana bagi lansia melalui program dari departemen perhubungan dan pekerjaan umum (Sa'adah, 2017).

Meskipun demikian, peran pemerintah tersebut tidak akan membawa manfaat optimal jika tidak disertai dengan peran dari unsur masyarakat yang bersentuhan langsung dengan lansia. Buanasari, (2019) menyebutkan pentingnya peran dari orang-orang yang ada di sekitar lansia seperti keluarga, teman, pengurus panti, maupun perawat dalam membantu lansia beradaptasi dengan perubahan yang dialami dan memiliki pengaruh menurunkan permasalahan psikologis yang dialami lansia. Peran orang-orang yang ada di sekitarnya merupakan sistem pendukung bagi lansia untuk dapat menjalani sisa hidupnya dengan optimal meskipun memiliki keterbatasan dalam dirinya (Arini, Hamiyati, Tarma, 2016).

Upaya memberikan perawatan dan perhatian pada lansia merupakan suatu tantangan yang besar, sebab bukan sekadar memberikan perawatan dan perhatian, tetapi membutuhkan pula waktu, tenaga, kesabaran, pengertian, dan juga pengetahuan (Arini,

Hamiyati, Tarma, 2016). Dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis lansia, anak muda memiliki peranan yang cukup besar. Anak muda memiliki potensi untuk mendukung beragam kegiatan yang dapat mendorong kesejahteraan lansia. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2019) menunjukkan bahwa anak muda memiliki kepedulian yang besar terhadap lansia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Teresa & Rukmini (2017) bahwa anak muda memiliki kesadaran diri mengenai pengetahuan serta sikap yang baik terhadap lansia. Selain itu, generasi milenial menurut Mulyadi (2020) dapat memanfaatkan media sosial sebagai penunjang upaya peningkatan kesadaran terhadap permasalahan yang dialami lansia.

Anak muda dianggap sebagai agen perubahan yang mampu bekerja secara individu maupun melalui komunitas untuk memberdayakan masyarakat yang rentan (Nugroho, 2019). Kota Jakarta terdapat suatu komunitas pemuda yang bernama Teman Lansia yakni komunitas yang berkontribusi dalam memberikan perhatian, kebahagiaan, dan kepedulian, serta bersikap menghormati lansia. Aktivitas yang dilakukan oleh komunitas ini beragam, meliputi kegiatan berbagi cerita, bernyanyi, membuat pohon harapan, dan memberikan sembako kepada lansia. Kehadiran komunitas pemuda ini ternyata membawa kebahagiaan tersendiri bagi lansia di tengah hidup dengan kesendirian tanpa ditemani oleh keluarga. Komunitas ini juga bertujuan untuk mengupayakan peningkatan kepedulian pemuda di Indonesia terhadap keberadaan para lansia. Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan ini diharapkan juga dapat membantu menumbuhkan kesadaran bagi anak muda untuk dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis lansia di Indonesia (goodnewsfromindonesia.id, 2018),

Dalam mengatasi permasalahan kesejahteraan psikologis lansia, diperlukan suatu pendekatan yang unik dan tepat bagi

lansia. Hasil dari penelitian Rahmatullah (2016) menunjukkan suatu pendekatan yang dapat menjadi media yang dibutuhkan oleh para lansia, yaitu pendekatan kasih sayang. Pendekatan ini memuat mengenai pentingnya rasa aman, motivasi hidup, pertemanan, penyesuaian diri, upaya religiusitas-illahiyyah untuk para lansia. Pendekatan kasih sayang ini dapat diaplikasikan oleh anak muda sebagai pendampingan dan pengabdian diri untuk para lansia. Penggunaan pendekatan ini juga efektif untuk mengurangi penderitaan yang dialami oleh masyarakat lansia sebab pendekatan ini menyalurkan jiwa lansia yang diarahkan kepada kedamaian (Rahmatullah, 2016).

Memperhatikan kesejahteraan psikologis lansia merupakan salah satu bentuk bakti diri oleh anak muda khususnya bagi para santri untuk dapat ikut serta dalam menjaga serta menyayangi lansia. Hal ini sejalan dengan pendapat Faturahman (2020) yang menyatakan bahwa santri yang sukses adalah santri yang mampu bermanfaat bagi orang lain dan mampu menerapkan pengetahuannya kepada masyarakat.

Berdasarkan uraian diatas, tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah memberi gambaran dan pengetahuan mengenai kebutuhan lansia melalui pendekatan kasih sayang kepada para santri, sehingga harapannya santri dapat membantu lansia untuk memperoleh kesejahteraan psikologis.

2. METODE

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Santriwati Pondok Pesantren Tahfidz wa Ta'limil Qur'an Masjid Agung Surakarta. Peserta yang mengikuti kegiatan ini berjumlah 10 orang dan memiliki usia dewasa awal yaitu mulai dari usia 18 sampai dengan 25 tahun. Adapun tahapan kegiatan dari pembukaan hingga kegiatan berakhir dapat dijelaskan dengan bagan 1 berikut ini.



Bagan 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Psikoedukasi

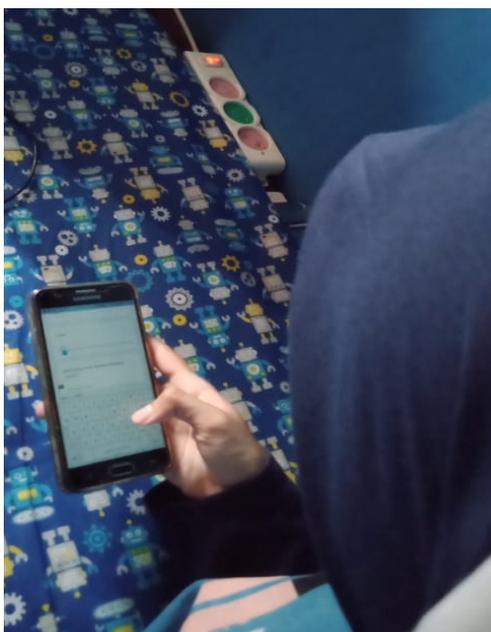
Kegiatan Psikoedukasi tentang lansia dengan pendekatan kasih sayang ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 19 Desember 2020 pukul ±16.00 – ±17.00 WIB. Tahap pertama yakni pembukaan diisi dengan salam, perkenalan, penyampaian maksud dan tujuan psikoedukasi. Peserta diberitahu bahwa kegiatan ini menggunakan video sebagai media psikoedukasi mengenai pengetahuan terhadap lansia serta bagaimana peran sebagai anak muda seharusnya terhadap lansia yang diharapkan dapat diterapkan pada lansia-lansia terdekat peserta. Kemudian, para peserta bersedia dan setuju untuk mengikuti jalannya kegiatan ini.

Tahap selanjutnya, yakni pengisian *informed consent*, atau pernyataan tertulis mengenai kesiadaan santri untuk berpartisipasi dalam mengikuti kegiatan yang berbunyi bahwa santri bersedia menjadi responden penelitian dibidang psikologi lansia dengan judul “Analisis Pemahaman Anak Muda Terhadap Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Lansia Melalui Pendekatan Kasih Sayang” serta bersedia mengikuti jalannya kegiatan sampai akhir.

Tahap ketiga yakni pra tes. Dalam tahap ini, santri mengisi kuesioner yang mengukur pengetahuan santri mengenai lansia dan upaya memberikan dukungan kepada lansia. Adapun pertanyaannya adalah sebagai berikut : 1.) Apa yang Anda ketahui tentang lansia? 2.) Menurut Anda, apakah lansia di Indonesia sudah sejahtera hidupnya? 3.) Menurut Anda, apakah dengan bantuan anak

muda dapat meningkatkan kesejahteraan lansia? 4.) Menurut Anda, bantuan apa

yang dapat diberikan oleh anak muda untuk mensejahterakan lansia?



Gambar 1. Pengisian Pra tes melalui aplikasi Google Form

Setelah pra tes selesai, dilanjutkan dengan inti kegiatan yakni psikoedukasi tentang lansia dengan pendekatan kasih sayang. Media yang digunakan adalah video yang dikirimkan kepada

masing-masing peserta dengan menggunakan aplikasi WhatsApp. Video ini berlangsung selama 02:02 menit dengan tampilan teks dan animasi untuk mendukung materi yang dipaparkan.



Gambar 2 dan 3. Penayangan video kepada para santri

Video yang ditayangkan diawali dengan memaparkan fenomena terkait kondisi yang dialami lansia di Indonesia. Setelah itu ditayangkan terkait pendekatan yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, yaitu melalui pendekatan kasih sayang. Pendekatan ini memuat mengenai pentingnya a.) *secure attachment* yang berkaitan dengan pemberian perasaan aman, kedamaian dan hal-hal lain yang dapat menenangkan jiwa lansia; b.) *motivation* yaitu motivasi yang

dapat mengarahkan kepada kesejahteraan subjektif lansia; c.) *friendship* yang memuat upaya untuk menyelenggarakan aktivitas yang dapat melibatkan banyak lansia, sehingga dapat menciptakan persahabatan di kalangan lansia; d.) *personal adjustment*, lansia dalam kegiatannya memerlukan penghargaan yang diberikan oleh orang lain meski penghargaan tersebut sifatnya ringan sebab lansia memiliki perasaan mudah terenyuh, mudah sedih, dan mudah terbawa emosi dan pikiran; e.) upaya religiusitas-

illahiyyah yakni upaya untuk membantu lansia agar dapat selalu mendekatkan diri dengan Tuhan sebab semakin lansia mendekatkan diri

pada Tuhan, maka lansia dapat merasa bahwa beban maupun tekanan yang dialami menjadi lebih ringan.



Gambar 4. Isi materi dalam video

Setelah penayangan video, terdapat komentar dari beberapa peserta, yaitu pertama dari peserta berinisial AW yang menyampaikan bahwa lansia tidak sepenuhnya hanya membutuhkan uang, melainkan kehadiran dari orang-orang terdekatnya agar lansia dapat merasa bahagia, peneliti setuju dan menyampaikan bahwa kehadiran orang-orang terdekatnya juga para anak muda ini sebagai dukungan agar lansia tidak merasa sendiri dan kesepian dalam menjalani hari-harinya. Komentar kedua dari peserta berinisial M

yang menyampaikan bahwa seharusnya ada suatu program yang dikhususkan untuk lansia, peneliti setuju dan menyampaikan bahwa sebenarnya sudah ada program contohnya dari pemerintah sendiri sudah melakukan pembinaan terhadap lansia akan tetapi masih di beberapa daerah saja yang sudah bisa dilaksanakan.

Setelah para santri selesai menonton video yang diberikan, santriwati kembali mengisi kuesioner yang merupakan pasca tes melalui aplikasi *Google Form*.

Kemudian kegiatan ini ditutup setelah para santri selesai mengerjakan pasca tes yang telah diberikan. Peneliti menyampaikan terima kasih atas partisipasi dari para peserta dalam mengikuti kegiatan yang telah dilaksanakan serta menyampaikan harapan agar sedikit ilmu yang telah disampaikan dalam psikoedukasi ini dapat berguna untuk bekal para santri dalam memahami lansia dan mau berperan untuk menjaga kesejahteraan lansia baik di lingkungan terdekatnya maupun lansia-lansia yang ada di Indonesia ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan respon peserta melalui kuesioner, dapat diketahui bahwa sebelum psikoedukasi, secara umum peserta mengalami peningkatan pengetahuan terkait lansia, kesejahteraan lansia dan bagaimana peran konkrit anak muda dalam mendukung lansia untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Hal ini didasarkan pada perubahan pengetahuan peserta sebelum psikoedukasi dibandingkan dengan setelah psikoedukasi berlangsung. Deskripsi perubahan pengetahuan yang dimiliki peserta akan diuraikan secara berturut turut sesuai dengan pertanyaan dalam kuesioner.

Pertanyaan pertama terkait dengan pemahaman peserta mengenai lansia. Data pra tes menunjukkan bahwa secara umum peserta memahami lansia sebagai orang dengan usia lanjut saja. Tidak semua peserta memahami batasan usia lansia secara jelas dan hanya sebagian yang menyebutkan lansia memiliki penurunan fungsi tubuh. Setelah Psikoedukasi berakhir, peserta menunjukkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai lansia. Peserta memahami bahwa istilah lansia memiliki kriteria usia tertentu, mampu menyebutkan lansia memiliki penurunan fungsi yang lebih spesifik yakni penurunan fungsi fisik dan produktivitas sehingga membutuhkan dukungan lingkungan baik dukungan spiritual, psikis, mental, jasmani,

sosial, pedagogik dan lain sebagainya dari orang-orang di sekitarnya terutama yang lebih muda.

Peningkatan pemahaman peserta ini sudah sesuai dengan batasan lansia yang termaktub dalam Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 yakni lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Seseorang yang telah memasuki masa lansia mulai mengalami penurunan kemampuan fisik secara pesat, sehingga tidak dapat melakukan aktivitas dengan optimal sebagaimana yang dapat dilakukan pada sebelumnya (Setyaningrum, 2019).

Pertanyaan kedua mengenai pengetahuan peserta tentang “apakah lansia Indonesia sudah sejahtera?” Sebagian besar peserta menjawab bahwa lansia Indonesia belum sejahtera, hanya sebagian kecil yang sudah sejahtera. Meskipun pengetahuan tentang sejahtera dalam hal ini merupakan persepsi subjektif peserta tanpa disertai dengan pengetahuan tentang indikator kesejahteraan yang jelas. Namun pengetahuan peserta sesuai dengan fakta lapangan. Hasil survey BPS tahun 2018 diperoleh data 22 persen lansia diketahui buta huruf, sepertiganya penyandang disabilitas dan sebanyak 60 persen berpendapatan rendah serta sepertiganya tidak memperoleh layanan asuransi kesehatan. Survei yang dilakukan oleh TNP2K (2020) memperkuat temuan BPS bahwa ditemukan fakta sebagian lansia hidup dengan kesejahteraan yang rendah, dengan rincian sekitar 11% hidup dengan kondisi miskin dan sekitar lebih dari 60% lansia tinggal bersama anggota keluarga lain yang bertindak sebagai perawat atau pengasuhnya. Selain itu, menurut Mustari (dalam Dyah & Fourianalistyawati, 2018) lansia yang hidup di kota umumnya lebih mudah dalam mengakses pelayanan kesehatan yang lebih baik dari pada lansia yang hidup di desa, akan tetapi lansia yang hidup di kota ternyata memiliki keluhan kondisi kesehatan yang lebih tinggi dari pada lansia yang hidup di desa dan lansia yang hidup di kota lebih rentan menjadi korban kasus

kejahatan. Berdasarkan Sasmito yang dikutip dari laman berita VOA Indonesia (2020) diungkapkan pula bahwa kasus penelantaran lansia dan kekerasan psikologis lansia di Indonesia juga masih terjadi. Fenomena tentang lansia yang kurang sejahtera dari sisi psikologis juga didukung dengan pendapat Sulistiowati (2015) bahwa masih terdapat lansia yang mengalami masalah psikologis dan sosial dalam kesehariannya.

Hasil pengukuran pasca tes juga menunjukkan bahwa peserta makin meyakini bahwa kesejahteraan lansia masih rendah. Peserta sudah melengkapinya kriteria rendahnya kesejahteraan lansia dengan menyebutkan bahwa lansia “berpendapatan rendah dan berproduktivitas rendah”. Meskipun materi psikoedukasi menyebutkan indikator kesejahteraan lansia tidak saja mencakup pendapatan, tetapi juga keterjangkauan akses asuransi dan layanan kesehatan, terbebas dari permasalahan sosial dan psikologis, melek huruf, terbebas dari disabilitas. Namun hal-hal tersebut tidak disebut peserta. Dengan kata lain, sebagian materi psikoedukasi mengenai kesejahteraan lansia nampaknya belum ditanggap utuh oleh peserta.

Pertanyaan ketiga tentang keyakinan bahwa anak muda memiliki kemampuan untuk membantu lansia mencapai kesejahteraan psikologis, dapat disimpulkan peneliti bahwa sebelum dilakukan penayangan video, mayoritas peserta sudah memiliki kesadaran akan potensi anak muda untuk berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, meskipun ditemukan pula jawaban peserta yang masih ragu akan potensi anak muda dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Namun, setelah dilakukan penayangan video, peserta yang awalnya ragu menjadi yakin dengan keberadaan anak muda untuk dapat berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Hal ini salah satunya disebabkan karena anak muda yang masih tergolong dalam usia produktif, sehingga dapat berperan aktif untuk dapat

membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Anak muda juga memiliki potensi untuk mendukung beragam kegiatan yang dapat mendorong kesejahteraan psikologis lansia. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugroho, (2019) yang ditemukan bahwa anak muda memiliki kepedulian yang besar terhadap keberadaan lansia.

Terkait dengan pertanyaan terakhir yakni bantuan konkrit yang bisa diberikan anak muda dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, sebelum ditayangkan video, peserta menganggap bahwa bantuan yang dapat diberikan oleh anak muda untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah sebatas bantuan yang bersifat materi (uang) atau bantuan untuk lansia terkait kesehatan fisik. Namun, setelah ditayangkan video, peserta mulai memahami bahwa bantuan yang dapat diberikan oleh anak muda untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia juga dapat berupa bantuan yang sifatnya non materi, seperti memberikan keamanan, memberikan kasih sayang, mendengarkan keluh kesah yang dialami lansia, memberikan perhatian, memberikan penghargaan pada lansia, dan membantu lansia untuk dapat lebih mendekatkan diri pada tuhan.

Jika dianalisis lebih lanjut, jawaban-jawaban dari peserta sebelum mengikuti psikoedukasi belum mengarah pada kesejahteraan psikologis, tetapi lebih kearah kesejahteraan fisik. Setelah mengikuti psikoedukasi dengan pendekatan kasih sayang, peserta mengalami perubahan pengetahuan tentang bagaimana berperan riil dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Terkait dengan pengetahuan peserta mengenai pendekatan kasih sayang menurut Rahmatullah yang meliputi memberikan rasa aman, memberikan motivasi hidup, menyelenggarakan kegiatan yang menumbuhkan pertemanan di kalangan lansia, penyesuaian personal dan upaya religius-ilahiyah, peserta psikoedukasi hanya

kurang memahami bagaimana upaya riil untuk memberikan motivasi hidup bagi lansia. Jawaban-jawaban tentang pengetahuan terkait dukungan mencapai rasa aman bagi lansia misalnya “Memberikan keamanan, kedamaian supaya lansia merasa tenang dan tidak merasakan kegelisahan”. Pengetahuan peserta mengenai kegiatan yang memunculkan pertemanan di antara lansia yakni membentuk suatu kegiatan khusus para lansia, misalnya senam bersama, sharing pengalaman hidup, bimbingan rohani (pengajian), dan kegiatan sejenis lainnya. Terkait dengan peran anak muda untuk membantu lansia dalam mencapai penyesuaian personal lansia yakni memberikan penghargaan atau sikap menghargai lansia. Terakhir, peran anak muda untuk mendukung lansia melakukan kegiatan yang bersifat religious-illahiyah yakni menyelenggarakan kegiatan keagamaan yang membantu lansia mendekati diri kepada Allah.

Bantuan dari anak muda seperti yang disebutkan para peserta psikoedukasi di atas menunjukkan adanya dukungan sosial pada lansia. Dukungan sosial itu sendiri dapat berupa dukungan informasi, dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan pertemanan. Berdasarkan pendapat Ramdani & Safitri (2018) bantuan dukungan emosional dari orang sekitar dapat membawa pengaruh dalam menurunkan tekanan dan permasalahan pada lansia. Peran dari orang-orang yang ada di sekitarnya seperti pengurus panti, keluarga, teman, maupun perawat dalam membantu lansia beradaptasi dengan perubahan yang dialami memiliki pengaruh dalam menurunkan permasalahan psikologis lansia (Buanasari, 2019). Selain itu, anak muda juga dianggap sebagai generasi bangsa yang dapat menjadi agen perubahan yang mampu bekerja secara individu maupun melalui komunitas untuk memberdayakan masyarakat yang rentan (Nugroho, 2019).

Ketika seseorang telah memasuki masa lansia, berpotensi memunculkan berbagai permasalahan mulai dari masalah fisik,

masalah psikologis, masalah spiritual, masalah finansial, hingga masalah sosial (Sari & Nelson, 2019). Mereka yang minim pendidikan dan keterampilan pun menjadi kesulitan dalam mencari nafkah. Selain itu, kehilangan pasangan hidup turut menyumbang pada permasalahan lansia. Lansia yang mulanya memiliki pasangan untuk berbagi keluh kesah pun menjadi bingung harus kepada siapa dapat menggantungkan keluh kesahnya (Rahmatullah, 2016). Peranan anak muda kini sangat diperlukan dalam meningkatkan kesejahteraan lansia, sebab pertumbuhan jumlah lansia di Indonesia sendiri kian lama kian meningkat. Tidak dapat dipungkiri apabila permasalahan lansia yang tidak sejahtera akan turut meningkat apabila tidak diiringi pula dengan solusi yang tepat. Sementara itu, lansia seharusnya berhak untuk mendapatkan perhatian dan kehidupan yang layak melalui kerja sama dari para generasi muda.

4. SIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisis jawaban para santri sebelumnya, dapat diketahui bahwa setelah ditayangkan video, anak muda menjadi paham akan pentingnya upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia melalui pendekatan kasih sayang dengan bantuan dari anak muda.

Kegiatan seperti ini diperlukan guna memberikan pemahaman kepada para anak muda khususnya di sini adalah para santri terkait pentingnya pemenuhan kasih sayang dalam rangka meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Sayangnya, peserta yang mengikuti kegiatan ini masih sangat terbatas, sehingga data yang kami dapatkan tergolong masih kurang banyak. Kegiatan ini juga memiliki kendala dalam pelaksanaannya akibat kurangnya fasilitas penunjang kegiatan, seperti LCD proyektor untuk dapat menayangkan video agar dapat dilihat secara bersama-sama, sehingga penyampaian video dalam kegiatan ini harus melalui masing-

masing *hand phone* para santri. Selain itu, kendalanya adalah kami harus menunggu hari libur pondok terlebih dahulu agar *hand phone* peserta dapat digunakan pada saat pelaksanaan kegiatan agar tidak menjadi hambatan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, untuk kedepannya, peneliti berharap bahwa penelitian ini dapat lebih banyak lagi dalam mencari subjek penelitian agar data yang diperoleh nantinya dapat lebih beragam. Selain itu lebih mempersiapkan terlebih dahulu dengan matang terkait fasilitas atau

alat-alat yang dibutuhkan untuk mendukung jalannya kegiatan.

5. PERSANTUNAN

Kami mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dan Pondok Pesantren Tahfidz wa Ta'limil Qur'an Masjid Agung Surakarta yang telah memberikan kesempatan serta dukungan atas terlaksananya kegiatan penelitian ini.

6. REFERENSI

- Amin, M. Al, & Juniati, D. (2017). *Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny*. 2(6).
- Arini, D., Hamiyati, H., & Tarma, T. (2016). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti Werdha Ria Pembangunan Jakarta Timur. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 3(2), 68–73. <https://doi.org/10.21009/jkkp.032.04>
- Astutik, D., Indarwati, R., & Misbahatul, E. (2019). Kesenian dan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Masyarakat. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 8(1), 11–16.
- BPS. (2016). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2016*. Badan Pusat Statistik.
- BPS. (2021). Hasil Sensus Penduduk 2020 di Provinsi Jawa Tengah. *Berita Resmi Statistik*, 07, 1–11.
- Buanasari, A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 7(2).
- Dyah, A. S. P., & Fourianalistyawati, E. (2018). Peran Trait Mindfulness Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 5(1), 109. <https://doi.org/10.24854/jpu12018-115>
- Faturahman, D. (2020). *MAKNA SUKSES BAGI SANTRI (Studi Fenomenologi di Pesantren Mahasiswa KH. Ahmad Dahlan Yogyakarta)*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Fitriani, A. (2016). Peran Religiusitas dalam Meningkatkan Psychological Well Being. *Al-AdYaN*, xi(1).
- Madrim, S. (2020). *Kasus Penelantaran Masih Dialami Lansia Indonesia*. <https://www.voaindonesia.com/a/kasus-penelantaran-masih-dialami-lansia-indonesia/5701737.html>
- Mardiana, Y., & Zelfino. (2014). Hubungan Antara Tingkat Stres Lansia dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Forum Ilmiah*, 11(2), 261–267.
- Mulyadi, S. (2020). *Peran Generasi Milenial untuk Generasi “Kolonial.”* <https://www.beritasatu.com/opini/6523/peran-generasi-milenial-untuk-generasi-kolonial>
- Nalle, N. C., & Soetjningsih, C. H. (2020). Gambaran Psychological Well Being pada Lasia yang Berstatus Janda. *Jurnal Psikologi Konseling*, 16(1), 624–633. <http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>

- Nugroho, A. (2019). Persepsi anak muda terhadap keberadaan lansia di Indonesia. *Journal of Urban Sociology*, 2(2), 44–55.
- Prabawati, I. (2020). Implementasi program kesejahteraan lansia di upkd pesanggrahan pmks mojopahit kabupaten mojokerto. *Publika*, 8(2).
- Putu, N., & Agestin, L. (2019). *Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tidak Mempunyai Anak Laki-Laki di Panti Sosial Tresna Werdha X Bali*. 3(1), 53–68. <https://doi.org/10.36002/jpm.v3i1.1081>
- Rahmatullah, A. S. (2016). Psikologis Kaum Janda Lansia Dengan Al-Kamal Tambaksari Kuwarasan. *An-Nidzam*, 03(02).
- Ramdani, R., & Safitri, E. I. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Subjektif Lansia Di Panti Jompo Anissa Ummul Khairat. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 4(2), 82–92. <https://doi.org/10.33373/kop.v4i2.1441>
- Saadah, N. (2017). Menata Kehidupan Lansia: Suatu Langkah Responsif untuk Kesejahteraan Keluarga (Studi pada Lansia Desa Mojolegi Imogiri Bantul Yogyakarta). *Jurnal Sosiologi Agama*, 9(2), 49. <https://doi.org/10.14421/jsa.2015.092-03>
- Sari, D. N., & Nelson, S. (2019). Upaya Peningkatan Kesejahteraan Lansia Melalui Sosialisasi Kebugaran Jasmani Dan Pelatihan Kreativitas Menggunakan Sampah An Organik. *Jurnal Abdimas Saintika*, 1(1), 1–8.
- Setyaningsih, W. (2020). *Gambaran Persepsi , Sikap , Serta Perilaku Lansia Dan Pra-Lansia Tentang Pencegahan Penularan Covid-19 Di Wilayah Jabodetabek Tahun 2019-2020 dari rencana tahun pertama Disusun Oleh : Proposal Program Penelitian Tahun 2020*.
- Sulistiowati, R. (2015). UPAYA PENINGKATAN KESEJAHTERAAN SOSIAL LANSIA MELALUI POS PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA (PPS LU) DI DESA SRIMARTANI, KECAMATAN PIYUNGAN, KABUPATEN BANTUL. *Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, 3(2), 54–67.
- TNP2K. (2020). *Situasi Lansia di Indonesia dan Akses terhadap Program Perlindungan Sosial: Sekretariat TIM Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan*.
- Utomo, S. F. P., Pratam, G., & Sriati, A. (2018). Tinjauan Sistematis: Pengaruh Kualitas Hidup dan Kesejahteraan Psikologi Terhadap SUCCESSFUL AGING. *Prosiding Seminar Nasional Dan Diseminasi Penelitian Kesehatan*, 1(April 2018).
- Widjanarko, B. (2018). *Teman Lansia: Pemuda Masa Kini Peduli Lansia di Panti*. <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2018/07/02/teman-lansia-pemuda-masa-kini-peduli-lansia-di-panti>