

## **Identifikasi bentuk dukungan sosial dan kebahagiaan pada lansia di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh**

**Sutya Dewi<sup>1</sup>, Miftahul Jannah<sup>1</sup>, Rois Nafiul Umam<sup>1</sup>, Zulkipli Lessy<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>UIN Sunan Kalijaga, Jalan Laksda Adisucipto, Yogyakarta, Indonesia

Email: [20200011052@student.uin-suka.ac.id](mailto:20200011052@student.uin-suka.ac.id); [20200011070@student.uin-suka.ac.id](mailto:20200011070@student.uin-suka.ac.id);  
[20200011107@student.uin-suka.ac.id](mailto:20200011107@student.uin-suka.ac.id); [zulkipli.lessy@uin-suka.ac.id](mailto:zulkipli.lessy@uin-suka.ac.id)

Naskah diterima: 18/3/2022; Revisi: 20/4/2022; Disetujui: 25/5/2022

### **Abstrak**

Lansia yang baru masuk ke lingkungan panti jompo itu rentan bila dihadapkan pada ketidakmampuan dalam membangun penyesuaian diri yang baik. Dalam menyikapi hal ini, maka dukungan sosial menjadi hal yang penting untuk membantu penyesuaian diri lansia guna mencapai kebahagiaan hidup di panti jompo. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran umum mengenai dukungan sosial dan bentuk-bentuk kebahagiaan lansia yang tinggal UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh. Jenis dari penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif analisis. Informan dalam penelitian ini sebanyak enam orang, yakni para lansia yang baru tinggal di panti ini dalam kurun waktu 6-12 bulan. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, dan observasi. Teknik analisis data menggunakan model analisis Miles dan Huberman, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk dukungan sosial yang diperoleh oleh lansia yakni dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi. Adapun bentuk kebahagiaan pada lansia yakni mereka dapat menerima pengalaman masa lalu, menikmati kebahagiaan saat ini, dan optimis akan kehidupan yang baik di masa yang akan datang.

**Kata kunci:** *dukungan sosial; kebahagiaan; lansia; Rumoh Sejahtera Geunaseh*

### ***Identifying Forms of Social Support and Happiness of the Elderly in UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh***

### **Abstract**

*The elderly who have just entered the nursing home environment are vulnerable if they face their inability to build proper adjustments. In responding to this, social support is important to help the elderly adjust themselves to achieve happiness in their lives in the nursing home. The purpose of this study is to provide an overview of social support and forms of happiness for the elderly living in UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh. The type of this research is qualitative using a descriptive analysis approach. Respondents in this study were six people, namely the elderly who have just lived in the nursing home for a period of 6-12 months. Data collection techniques use interviews, and observation. The data analysis technique uses the analysis model of Miles and Huberman, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusion. The results showed that the forms of social support obtained by the elderly were emotional support, appreciation support, and information support. The forms of*

*happiness in the elderly are being able to accept past experiences, enjoying current happiness, and being optimistic about a good life in the future.*

**Keywords:** *social support; happiness; elderly; Rumoh Sejahtera Geunaseh*

## **Pendahuluan**

Lanjut usia atau lansia merupakan salah satu bagian dari fase pertumbuhan manusia, dan ini telah menjadi hukum alam bahwa manusia mesti menjalani tahap-tahap perkembangan dari embrio, bayi, anak-anak, remaja, dewasa, hingga lansia. Lansia secara harfiah dapat dimaknai dengan individu yang telah berusia 60 tahun atau lebih yang memungkinkan dirinya tidak berdaya atau tidak dapat memenuhi penghidupannya sendiri (Naftali dkk., 2017). Dalam Undang-Undang No 13 Tahun 1998 disebutkan bahwa lansia merupakan seseorang individu yang telah mencapai usia 60 tahun keatas, dan istilah ini terbagi atas dua kategori yakni lansia yang masih mampu memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri dan lansia yang tidak dapat memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri (Kiik dkk., 2018). Kondisi fisik yang mulai menua seiring berjalannya waktu dan proses biologis yang disertai dengan perubahan-perubahan lainnya dalam tubuh manusia dan psikologisnya menjadi sebuah hukum alam yang berlaku sepanjang masa. Perubahan fisik dan penurunan kondisi psikologis pada lansia ini dapat berpengaruh terhadap keberfungsian sosial dan struktur fisik, serta keberfungsian mental lansia yang berpengaruh pada psikologisnya (Naftali dkk., 2017).

Penurunan kemampuan struktur dan tenaga dan keberfungsian pada lansia secara fisik dapat dilihat dari kulit yang mulai mengendur, rambut yang mulai memutih, gerakan fisik yang mulai melambat, serta kemampuan penglihatan dan pendengaran yang mulai berkurang (Afrizal, 2018). Adapun secara psikis, penurunan kondisi pada lansia ditandai dengan perasaan-perasaan cemas, seperti kecemasan akan datangnya kematian, kecemasan tidak dapat menghidupi dirinya sendiri dan kecemasan akan tidak adanya dukungan-dukungan dari lingkungan sosialnya yang membantunya untuk menjalani masa tuanya (Andesty dkk., 2018). Dalam survei yang dilakukan oleh Golden et al., ditemukan bahwa sebanyak 80 persen lansia rentan mengalami kondisi-kondisi di atas, baik lansia yang tinggal di panti jompo maupun lansia yang hidup mandiri di luar panti jompo (Golden dkk., 2009). Hal ini menunjukkan bahwa penurunan kondisi pada lansia bukanlah hanya sekedar teori atau asumsi belaka, melainkan menjadi sebuah fenomena umum yang terjadi pada setiap lansia.

Permasalahan psikis yang terjadi pada lansia berdasarkan temuan awal peneliti juga ditemukan pada kelompok lansia yang tinggal di panti jompo UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh. Dilansir dari data pada pengelola panti ini, sebanyak enam orang lansia mengalami kecemasan, kesulitan beradaptasi, dan kurang bahagia selama masa adaptasi tinggal di panti tersebut. Faktor-faktor yang menyebabkan kondisi-kondisi tersebut yakni kurangnya dukungan dari lingkungan terdekat yaitu keluarga dan rasa tidak percaya diri untuk dapat menikmati hidup di lingkungan yang baru, selanjutnya berimplikasi pada kurangnya kebahagiaan pada diri mereka. Dalam menyikapi hal tersebut, pihak panti terus membantu para lansia agar dapat mencapai kebahagiaan dalam hidup melalui dukungan-dukungan sosial yang mereka berikan.

Dukungan sosial sendiri dapat diartikan sebagai suatu perbuatan sukarela dan profesional yang bersifat bantuan, diberikan oleh seseorang individu kepada

seseorang/sekelompok orang yang didalamnya dapat berupa benda konkrit seperti makanan dan pakaian, informasi mengenai akses pada bidang kesehatan dan kesejahteraan sosial, cara mengendalikan emosi, serta manajemen hidup dan penilaian positif terhadap diri individu lansia itu (Widanarti & Indati, 2002). Singkatnya, dukungan sosial dapat diberikan secara materiil maupun non-materiil guna membantu individu yang mengalami kesulitan agar mampu mengatasi kesulitannya tersebut. Menurut Taylor, dukungan sosial dipandang sebagai sesuatu yang penting karena tidak hanya dapat membantu individu dalam mereduksi respons fisiologis terhadap stress tetapi juga meningkatkan ketahanan fisik serta mental untuk menjalani kehidupan yang baik (Saidah & Laksmiwati, 2017). Secara garis besar, dukungan sosial tidak memandang unsur status usia dan kedudukan individu, dalam arti setiap individu baik yang berusia muda atau tua perlu mendapatkan dukungan sosial yang baik. Secara spesifik, dukungan sosial bagi seorang lansia didasarkan pada realitas bahwa mereka itu rentan untuk hidup dalam kesendirian, tanpa adanya bantuan atau perawatan yang dilakukan oleh anggota keluarganya (Hidayah, 2016). Penanganan lansia yang memerlukan treatment khusus dan rumit membuat pihak keluarga lebih memilih untuk membawa para lansia tersebut ke panti jompo atau membiarkannya hidup sendiri. Minimnya dukungan sosial tersebut dan diiringi dengan berbagai permasalahan lainnya membuat para lansia rentan berada dalam kondisi fisik dan mental yang tidak mendukung untuk mencapai taraf kebahagiaan dalam hidup di usia senja.

Secara umum, fenomena dukungan sosial pada lansia di Indonesia bukanlah hal yang baru bahkan telah dikaji dalam beberapa penelitian terdahulu. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Camelia Kristika dkk, dikutip dalam dalam Pepe dkk. (2017), dijelaskan bahwa dukungan sosial yang ada di panti sebagainya lebih fokus pada keterlibatan pihak keluarga, baik melalui pertemuan secara langsung di panti, melalui sambungan telepon jarak jauh, atau melalui alat komunikasi Skype dan lainnya, misalnya Zoom (Pepe dkk., 2017). Hal tersebut dimaksudkan agar lansia tidak merasa jauh dari keluarga dan merasa bahwa pihak keluarga senantiasa mendukung mereka walaupun tidak tinggal bersama. Penekanan pada pihak keluarga dipilih karena mereka yang lebih memahami karakter lansia ini sehingga memudahkan dalam pemberian dukungan sosial. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Syarifah Masraini Assagaf et al. yang menjelaskan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap penyesuaian diri dan kebahagiaan pada lansia (Assagaf dkk., 2021). Adapun posisi penelitian ini terhadap penelitian sebelumnya yaitu memberikan gambaran detail mengenai dukungan sosial yang diperoleh oleh lansia di lingkungan panti, khususnya UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh dimana dukungan sosial tersebut berasal dari pengurus panti dan antar-sesama lansia yang berimplikasi pada kebahagiaan pada lansia yang tinggal di panti tersebut.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif analisis. Penelitian dilaksanakan untuk mengeksplorasi bentuk-bentuk dukungan sosial dan pola kebahagiaan pada lansia yang diperoleh dari dukungan sosial tersebut. Lokasi penelitian ini yaitu UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang di Kota Banda Aceh Provinsi Aceh. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada hasil observasi yang telah dilakukan sebelumnya yang menemukan fakta bahwa di lokasi tersebut terdapat fenomena dukungan sosial yang lebih bermanfaat bagi lansia yang tinggal di tempat

tersebut. Penelitian ini dilaksanakan dalam rentang waktu 3 bulan, mulai dari 15 Desember 2020 dan berakhir pada tanggal 15 Februari 2021

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel berupa purposive sampling dengan kriteria, yaitu memilih lansia yang baru tinggal di panti dalam jangka waktu 6-12 bulan dan tanpa dorongan intrinsic (dari dalam) untuk masuk ke panti tersebut sebanyak tiga orang, sebaliknya tiga orang lainnya adalah karena kemauan sendiri. Kriteria lain adalah lansia yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan membutuhkan dukungan sosial. Adapun beberapa profil responden dalam penelitian ini adalah:

Tabel 1: Profil Responden

No	Nama (Inisial)	Usia	Alasan Masuk Panti
1	ED	68 Tahun	Keinginan Sendiri
2	BT	62 Tahun	Bukan Keinginan Sendiri
3	FM	61 Tahun	Keinginan Sendiri
4	WH	68 Tahun	Keinginan Sendiri
5	MA	60 Tahun	Bukan Keinginan Sendiri
6	NM	66 Tahun	Bukan Keinginan Sendiri

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode observasi dan wawancara. Observasi dilakukan dengan cara non-partisipatif untuk mengamati dukungan sosial yang diperoleh oleh lansia di panti tersebut, dan aspek kebahagiaan yang dirasakan lansia dari dukungan sosial tersebut. Metode wawancara dilakukan secara langsung dan semi terstruktur dengan para lansia untuk mengungkap fenomena dukungan sosial bagi mereka dan kebahagiaan yang mereka rasakan dari dukungan sosial yang sedang berjalan tersebut. Penelitian ini menggunakan model analisis data Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga langkah penting, yakni reduksi data, menyajikan data dan menarik kesimpulan dari data yang disajikan tersebut (Syahza, 2021). Penting untuk memahami model analisis Miles dan Huberman ini karena tiga Langkah analisis data ini merupakan kesatuan. Pereduksian data dilakukan setelah menyingkirkan informasi dalam verbatim yang tidak relevan dengan kedua pertanyaan di atas. Penyajian data dilakukan adalah hasil reduksi untuk selanjutnya diambil untuk penyimpulan.

Untuk memastikan keabsahan data yang diperoleh, peneliti melakukan uji keabsahan melalui metode triangulasi, yakni dengan melakukan wawancara secara mendalam dengan responden dan meningkatkan intensitas pengumpulan data melalui observasi dan wawancara yang dilakukan secara berulang-ulang termasuk observasi lapangan. Untuk maksud ini, setiap responden mendapatkan kesempatan yang sama untuk diwawancarai sebanyak tiga kali dengan tatap muka dan pertanyaan semi-struktur. Jenis pertanyaan yang peneliti buat adalah open-ended untuk memberikan keleluasaan bagi responden dalam berfikir dan fleksibilitas dalam menjawab. Selanjutnya hasil wawancara yang ditulis sebagai verbatim dan dibandingkan dengan hasil observasi untuk menemukan pemahaman yang sama (Syahza, 2021)

## Hasil dan Pembahasan

Kehidupan dalam suasana panti jompo menjadi hal yang tidak terpikirkan bagi banyak orang (Triwanti dkk., 2015). Kondisi dan keadaan yang tidak berpihak atau tidak menguntungkan bagi individu, khususnya yang berada pada fase lanjut usia ini membuat mereka memilih untuk tinggal di panti jompo, baik yang dikelola oleh negara maupun oleh lembaga-lembaga swasta (Puspadewi & Rekawati, 2017). Kehidupan panti jompo yang berbeda dengan kehidupan di luar dapat berdampak terhadap kondisi psikologis lansia. Oleh karenanya, dukungan sosial menjadi salah satu faktor pendorong untuk membantu lansia dalam mencapai kebahagiaan hidup walaupun tinggal di panti jompo. Berikut akan kami ulas mengenai bentuk dukungan sosial yang diperoleh oleh lansia di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh dan bentuk kebahagiaan yang mereka capai.

### Bentuk Dukungan Sosial

Dukungan sosial sebagai sebuah bantuan yang diberikan oleh orang lain sebagai bentuk rasa perhatian dan dukungan untuk membantu individu dalam mengatasi masalahnya (Santoso, 2019). Dukungan sosial yang diberikan terhadap individu dapat berbentuk dukungan materiil maupun moril. Bagi para lansia yang hidup di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang, dukungan sosial menjadi penyemangat mereka untuk menjalani hidup disitu. Bentuk dukungan sosial yang diperoleh oleh lansia yakni dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi.

Dukungan emosional yakni bantuan/dukungan kepada lansia berkenaan dengan kondisi psikologis/emosional lansia seperti kenyamanan, ketentraman dan perasaan dicintai oleh orang lain. Dukungan emosional ini diperoleh dari bentuk pengasuhan yang dilakukan oleh pengasuh panti, layanan bimbingan konseling yang difasilitasi oleh psikolog dan antar-sesama lansia yang saling memberikan dorongan dan dukungan untuk hidup bahagia dalam panti.

*Saya ngerasa bahagia sekali disini, Mbak. Rasanya saya seperti menemukan keluarga baru yang ramah, nyaman, dan hati rasanya tentram. Pengasuhnya baik, kalo ada masalah bisa cerita ke mereka atau ke psikolog yang ada di panti ini, dan kita juga merasa ada dukungan dari sesama lansia yang ada disini kalau lagi ada masalah atau lagi kangen dengan keluarga.* (Wawancara dengan NM, 23 Desember 2020)

Bentuk dukungan sosial berikutnya adalah dukungan penghargaan, yaitu memberikan penghargaan positif kepada lansia yang bisa mengikuti kegiatan dengan baik atau menampilkan perilaku yang menjadi contoh (*role model*) bagi rekan-rekan lainnya. Dukungan ini diberikan agar para lansia dapat mencapai kebahagiaan atas usaha yang dilakukannya melalui berbagai kegiatan dalam panti atau menjadi *role model* yang akhlak dan perilakunya dapat diapresiasi oleh pengasuh panti dan sesama lansia.

*“Kami lansia disini sangat diperhatikan oleh pengasuh, kalo kami bisa menyelesaikan tugas yang diberikan atau, misalnya, kami dianggap memiliki perilaku yang baik sama pengasuh. Kalaupun kami tidak mendapatkan itu, kami tetap mendapatkan dukungan sosial itu untuk memotivasi diri jadi produktif dan berperilaku baik.”* (Wawancara dengan FM, 23 Desember 2020)

Bentuk dukungan sosial yang terakhir yakni dukungan informasi, yakni bantuan/dukungan dalam bentuk pemberian informasi oleh pengasuh panti. Informasi yang diberikan berkaitan dengan kesehatan secara fisik maupun psikis, keagamaan, hidup bersosial, atau informasi tentang akses pada sistem kesehatan dan asuransi serta kesejahteraan sosial sebagai warga negara. Dukungan sosial ini diberikan agar lansia dapat hidup sehat secara lahir batin, memiliki hubungan sosial yang baik dengan pengasuh dan sesama lansia dan memiliki ilmu agama untuk mempersiapkan menghadapi kematian nantinya.

*“Dalam seminggu kadang kami mendapatkan pengarahan dari pengurus panti atau dari luar panti tentang bagaimana menjaga kesehatan di usia senja dan bagaimana kami bisa membangun hubungan yang baik sesama lansia dan juga dengan pengasuh. Kami juga mendapatkan pemahaman keagamaan untuk bekal kami dalam mempersiapkan kematian, karena kami tahu umur kami sudah tidak muda lagi dan tinggal menunggu waktu kapan kami akan dipanggil oleh-Nya.”*  
(Wawancara dengan ED, 23 Desember 2020)

### **Bentuk Kebahagiaan**

Kebahagiaan berasal dari kata dasar ‘bahagia’ yakni perasaan senang, tentram, dan nyaman yang ada dalam diri individu. Kesenangan tersebut dapat berasal dari harapan yang tercapai atau usaha yang dilakukan sebelumnya telah menuai hasil yang baik (Pali, 2016). Kebahagiaan menjadi harapan terbesar dari setiap individu karena, dengan kebahagiaan tersebut, kehidupan yang dijalani oleh manusia akan terarah dan tentram tanpa adanya tekanan secara batin. Setiap orang berhak atas kebahagiaan dalam hidupnya mulai dari masa kanak-kanak hingga lanjut usia (Diponegoro & Mulyono, 2015). Bagi Seorang lansia, kebahagiaan hidup dapat dicapai ketika ia telah merasa cukup dengan apa yang diperoleh dan melihat anak cucunya hidup dengan tenang dan tanpa kekurangan (Khuzaimah dkk., 2021). Bagi beberapa lansia, kebahagiaan yang ada dalam dirinya tidak dirasakan bersama dengan seluruh anggota keluarga besarnya, melainkan dengan keluarga baru yang bersama-sama tinggal di panti, khususnya di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang di Kota Banda Aceh. Kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia di tempat tersebut berasal dari interaksi dan dukungan sosial yang diberikan oleh pengasuh maupun sesama lansia. Bentuk kebahagiaan yang diperoleh oleh lansia yakni dapat menerima keadaan diri, optimis terhadap usaha sehari-hari, dan terbuka dengan siapa saja dan situasi baru yang ia temui.

Sikap menerima keadaan diri pada lansia didasarkan pada usaha dalam menghadapi kenyataan yang ada bahwa hidup yang mereka jalani saat ini berbeda dengan kehidupan mereka di kala muda. Melalui sikap penerimaan diri tersebut, lansia tidak merasa terbebani dengan kondisi baru yang mereka hadapi dan menjalani hidupnya dengan tentram dan bahagia.

*“Sekarang kehidupan kakek udah jauh beda dengan yang dulu. Dulu kakek masih bisa sibuk kesana-kemari dan dekat dengan keluarga, sedangkan sekarang kakek disini tidak lagi bersama keluarga tapi bersama saudara-saudara yang bersama-sama menikmati usia senja. Walaupun sekarang kakek udah tua, agak sakit-sakitan dan jauh dari keluarga, kakek tetap merasa bahagia karena keluarga juga*

*tetap sering mengunjungi, dan disini juga kakek punya banyak teman yang kurang lebih sama seperti kakek ini.” (Wawancara dengan WH, 23 Desember 2020)*

Bentuk kebahagiaan berikutnya yakni optimis, dimana sikap optimis yang dimaksud yakni dapat menjalani kehidupan yang bahagia di dalam panti dan dapat mempersiapkan diri untuk kematian nanti. Bagi lansia, umur yang mendekati usia senja harus diisi dengan rasa bahagia dan optimis dalam menjalani hidup yang hanya sementara di dunia ini.

*“Nenek ngerasanya bahagia, tenang dan betah rasanya tinggal disini. Nenek percaya disini orang-orangnya baik-baik semua dan bahagia-bahagia semua karena setiap hari nenek lihat nggak ada yang cemberut mukanya. Para kakek dan nenek disini juga percaya dan berharap ketika meninggal nanti, kami udah punya amal yang baik yang kami usahakan selagi dikasih kesempatan hidup sampai sekarang ini.” (Wawancara dengan MA, 23 Desember 2020).*

Bentuk kebahagiaan yang terakhir yakni sikap terbuka dengan siapa saja. Bagi lansia, salah satu bentuk kebahagiaan dalam hidup yakni bisa terbuka dengan siapa saja, baik pengasuh, sesama lansia dan pengunjung yang mendatangi panti tersebut. Sikap terbuka tersebut ditumbuhkan dan dipupuk untuk mempererat hubungan baik antar sesama sekaligus saling memberikan dorongan dan dukungan satu sama lain.

*“Disini kami yang kakek-kakek dan nenek-nenek ini bisa saling berbaur satu sama lain, nggak ada jarak antara kita, semuanya sudah saling kenal termasuk dengan pengasuh juga. Kami sering ngobrol bareng nostalgia masa muda kami dan juga kami berusaha untuk ramah kepada pengunjung yang datang karena biar bagaimanapun kami dan mereka tidak ada bedanya, hanya sedikit perbedaan umur dan tempatnya saja.” (Wawancara dengan BT, 23 Desember 2020)*

## **Diskusi**

Dukungan sosial merupakan bentuk hubungan antar individu yang didalamnya terdapat pemberian bantuan secara verbal non-verbal (Arlotas, 2019). Pemberian bantuan tersebut dimaksudkan untuk membantu individu yang sedang mengalami permasalahan, baik pribadi maupun kaitannya dengan lingkungan sosial. Karenanya, melalui dukungan sosial tersebut, seorang individu lansia diharapkan dapat melalui masa-masa sulit dan kembali pulih secara fisik maupun mental (Saidah & Laksmiwati, 2017). Salah satu pihak yang membutuhkan dukungan sosial yaitu individu lanjut usia. Lansia membutuhkan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitarnya agar dapat menjaga kelangsungan dan eksistensi hidupnya. Dari hasil penelitian lapangan yang dilakukan oleh peneliti, lansia yang tinggal di panti di atas pada umumnya jarang mendapatkan dukungan dari pihak keluarga ataupun kerabat. Hal ini disebabkan karena jarak antara rumah keluarga dengan panti yang jauh, hingga ketidakmampuan anggota keluarga untuk memberikan *support* maupun bantuan untuk lansia dalam menjalani kehidupannya. Kemudian dukungan sosial tersebut perannya diambil alih oleh panti jompo, dalam hal ini, UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh bagi lansia yang tinggal di Kota Banda Aceh. Dukungan sosial yang ada di panti tersebut secara garis besar difasilitasi oleh pengurus panti melalui berbagai program maupun

hubungan yang terjalin antar-sesama lansia. Dukungan sosial yang diterima oleh para lansia di panti tersebut diantaranya adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi. Pemberian dukungan sosial tersebut merupakan salah satu bentuk implementasi dari konsep dukungan sosial yang digagas oleh Gollonen dan Bloney yang menghendaki dukungan sosial dilakukan dalam bentuk aspek fisik dan non-fisik untuk membantu individu yang bermasalah. Sementara dukungan bantuan penghargaan diterima oleh lansia ketika mereka berprestasi, demikian juga ketika mereka membutuhkan informasi penting tentang kebutuhan kesehatan dan kesejahteraan, para pengurus panti akan melayani dengan senang hati (Hidayah, 2016).

Dukungan sosial yang diberikan tersebut bukan dilakukan tanpa maksud dan tujuan yang berarti. Dukungan sosial pada lansia diarahkan untuk membantu lansia dalam mencapai penyesuaian diri yang baik di lingkungan panti, dapat hidup bersosialisasi dengan penghuni panti hingga mendapatkan kebahagiaan hidup meskipun tinggal di panti jompo. Kebahagiaan merupakan sebuah keadaan dimana pikiran dan perasaan yang ada dalam diri individu dipenuhi dengan rasa senang, cinta dan merasakan kenikmatan yang hakiki (Harmaini & Yulianti, 2014). Kebahagiaan menjadi hak mendasar bagi setiap individu, termasuk diantaranya adalah orang-orang yang telah berada di usia senja atau lansia. Kebahagiaan pada lansia dipandang menjadi sebuah hal yang 'mewah' mengingat di masa-masa tersebut lansia pada umumnya mulai dilupakan keberadaannya dan tidak mendapatkan penanganan dan bantuan untuk kehidupan yang layak (Khuzaimah dkk., 2021). Melalui dukungan sosial yang ada di panti, segala bentuk ketidakpastian atau kemustahilan akan kebahagiaan pada lansia diharapkan dapat diselesaikan, dan para lansia tersebut dapat menikmati kehidupan di usia senja hingga akhir hayat. Dari penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa bentuk kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia, khususnya yang tinggal di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang diantaranya adalah dapat menerima keadaan dan kenyataan yang terjadi, memiliki optimisme dalam menjalani hidup hingga dapat bersikap terbuka pada siapa saja. Fenomena kebahagiaan pada diri lansia tersebut jika ditelaah lebih jauh merupakan salah satu bentuk kebahagiaan menurut Myers (Chaer, 2015). Adapun hal ini juga menunjukkan bahwa dukungan sosial yang baik dari lingkungan panti berperan positif terhadap kebahagiaan para lansia sebagai salah satu bagian dari membantu mereka dalam mencapai taraf hidup yang lebih baik pada masa tuanya.

## Simpulan

Kebahagiaan menjadi hak bagi setiap individu, tak terkecuali bagi lansia yang tinggal di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh. Untuk mencapai kebahagiaan tersebut, dukungan sosial dari pihak sekitar termasuk keluarga, caretaker, dan pengasuh menjadi salah satu hal yang berperan penting untuk lansia dalam menjalani hidupnya diantaranya: pertama, dukungan emosional yakni berkenaan dengan kondisi psikologis/emosional lansia seperti kenyamanan, ketentraman dan perasaan dicintai oleh orang lain. Kedua, dukungan penghargaan yakni memberikan penghargaan positif kepada lansia yang bisa mengikuti kegiatan dengan baik atau menjadi role model bagi lansia lainnya. Ketiga, dukungan informasi yaitu dukungan yang diberikan dalam bentuk informasi yang diberikan oleh pengasuh panti yang berkaitan dengan kesehatan secara fisik maupun psikis, keagamaan, hidup bersosial, atau informasi mengenai bantuan kesejahteraan sosial. Adapun bentuk kebahagiaan yang dirasakan lansia selama tinggal di panti yakni dapat menerima keadaan dirinya saat ini, memiliki sikap optimis

dan menjalani hidup, dan dapat terbuka dengan keadaan baru, sesama lansia, dan pengurus panti jompo tersebut.

## Daftar Pustaka

- Afrizal, A. (2018). Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(2), 91-106. <https://journal.iaincurup.ac.id/index.php/JBK/article/view/462>
- Andesty, D., Syahrul, F., Epidemiologi, D., Masyarakat, F., & Airlangga, U. (2018). Hubungan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di unit pelayanan terpadu (UPTD) Griya Werdha kota Surabaya tahun 2017. *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(2), 169-180. <https://e-journal.unair.ac.id/IJPH/article/view/7422>
- Arlotas, R. K. (2019). Dukungan Sosial Dalam QS. Ad-Dhuha dan QS. Al-Insyirah. *Jurnal Psikologi Jambi*, 4(2), 61-69. <https://online-journal.unja.ac.id/jpj/article/view/10337>
- Assagaf, S. M., Sovitriana, R., & Nilawati, E. (2021). Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Di Panti Sosial Jakarta. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(1), 1-4. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/854/643>
- Chaer, M. T. (2015). Konsep Kebahagiaan Dalam Pandangan Psikologi Sufistik. *Waratsah*, 1(1), 109-130. <https://doi.org/https://doi.org/10.21202/waratsah.v1i1.17>
- Diponegoro, A. M., & Mulyono, M. (2015). Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia Suku Jawa di Klaten. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 13. <https://core.ac.uk/download/pdf/324200488.pdf>
- Golden, J., Conroy, R. M., & Lawlor, B. A. (2009). Social support network structure in older people: underlying dimensions and association with psychological and physical health. *Psychology, health & medicine*, 14(3), 280-290. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13548500902730135>
- Harmaini, H., & Yulianti, A. (2014). Peristiwa-peristiwa yang membuat bahagia. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 109-119. <https://doi.org/https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.472>
- Hidayah, S. (2016). Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lansia yang Tinggal di UPTD Panti Sosial. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4091>
- Khuzaimah, U., Anggraini, Y., Hinduan, Z. R., Agustiani, H., & Siswadi, A. G. P. (2021). Dukungan sosial dan kebahagiaan lansia penghuni panti sosial di medan.

- Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 121-142.  
[https://doi.org/ https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7](https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7)
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan kualitas hidup lanjut usia (lansia) di kota Depok dengan latihan keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109-116. [https://doi.org/https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584](https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584)
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan spiritual dan kesiapan lansia dalam menghadapi kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135. <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/download/28992/pdf>
- Pali, C. (2016). Gambaran kebahagiaan pada lansia yang memilih tinggal di panti werdha. *Jurnal e-Biomedik*, 4(1). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/11491>
- Pepe, C. K., Krisnani, H., & Budiarti, M. (2017). Dukungan Sosial Keluarga dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Lansia di Panti. *Share: Social Work Journal*, 7(1), 33-38. <https://jurnal.unpad.ac.id/share/article/view/13809>
- Puspawati, A. A. R., & Rekawati, E. (2017). Depresi berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha di Jakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 133-138. <https://journal.unpad.ac.id/index.php/jki/article/view/636>
- Saidah, S., & Laksmiwati, H. (2017). Dukungan sosial dan self-efficacy dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(2), 116-122. [https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jptt.v7n2.p116-122](https://doi.org/10.26740/jptt.v7n2.p116-122)
- Santoso, M. D. Y. (2019). Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 5(1). [https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36053/mesencephalon.v5i1.104](https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v5i1.104)
- Syahza, A. (2021). *Metodologi Penelitian*. UR Press.
- Triwanti, S. P., Ishartono, I., & Gutama, A. S. (2015). *Peran Panti Sosial Tresna Werdha Dalam Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Lansia* Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, <https://journal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/13591>
- Widanarti, N., & Indati, A. (2002). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan self efficacy pada remaja di SMU Negeri 9 Yogyakarta. *Jurnal psikologi*, 29(2), 112-123. <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7019>