

KEBAHAGIAAN LANSIA ETNIS TIONGHOA: TINJAUAN FENOMENOLOGIS DI PANTI WREDA MERBABU SALATIGA

Oleh

Violeni Sugianto¹, Emmanuel Satyo Yuwono²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Jl. Diponegoro No. 52-60, Salatiga

Email: ¹violenisugianto@gmail.com, ²emmanuel.yuwono@uksw.edu

Article History:

Received: 25-04-2024

Revised: 17-05-2024

Accepted: 24-05-2024

Keywords:

Happiness, Elderly, Chinese
Ethnicity, Nursing Home

Abstract: *The population of elderly people (elders) in Indonesia is increasing every year. In 2021, there will be more or less than 7.699 elderly people living in shelters or nursing homes in Central Java. Elderly people who live in shelters or nursing homes certainly come from various ethnicities, including the Chinese ethnic group. The phenomenon found was that Chinese ethnic elders living in nursing homes felt happiness, which was shown by being free from various kinds of mental burdens because their life needs were met. This research aims to look at the happiness experiences of Chinese ethnic elders living in the Merbabu Salatiga nursing home. This research uses qualitative research with phenomenological methods. Data was taken through interviews and observation of two Chinese ethnic elders living in a nursing home. The result of the research found that four themes describe the happiness of Chinese ethnic elderly living in the Merbabu Salatiga nursing home, namely: gratitude is part of happiness, social support brings happiness, adaptation creates happiness, and success builds happiness*

PENDAHULUAN

Populasi masyarakat lanjut usia atau yang biasa disebut dengan lansia di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya, menurut data dari Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) tahun 2021, terdapat kurang lebih 30,16 juta jiwa penduduk. Menurut Peraturan presiden nomor 88 tahun 2021 mengenai Strategi Nasional kelanjutusiaan, individu akan masuk pada kategori lanjut usia saat menginjak usia 60. Hurlock dalam (Santrock, 2002) juga menyatakan bahwa usia 60 tahun adalah usia yang memisahkan usia madya dan lanjut usia, serta usia 65 tahun adalah usia untuk pensiun dari segala kegiatan pekerjaan. Lansia sendiri adalah tahap akhir dari proses perubahan biologis yang terjadi secara terus menerus pada manusia dalam segala umur dan waktu, maka dari itu lansia pada hakikatnya akan mengalami kemunduran atau penurunan dalam segala aspek kehidupannya (Suardiman, 2011). Lansia ditandai dengan adanya perubahan fisik, mental, dan juga sosial. (Azizah, 2017). Berbagai perubahan yang dialami oleh lansia cenderung dapat menjadi pemicu stress dan akan mempengaruhi kesejahteraan bagi kehidupan

individu lansia (Prima, Safirha, Nuraini, & Maghfiroh, 2019).

Perubahan secara fisik yang dialami oleh lansia dapat berupa terganggunya kesehatan yang akan berujung pada munculnya perasaan tidak bahagia (Amalia, 2013). Perubahan secara mental dan sosial seperti menurunnya kondisi kognitif dan menurunnya interaksi sosial juga akan memunculkan perasaan tidak bahagia, tidak berguna, dan bahkan depresi (Mbeo, Keraf, & Anakaka, 2019). Sejalan dengan pernyataan sebelumnya, penurunan yang dialami oleh lansia tidak menutup kemungkinan bahwa individu tersebut akan mengalami masalah psikologis seperti kesepian, merasa diasingkan oleh sekitar, tidak percaya diri, kebergantungan, merasa terlantar khususnya mereka yang memiliki persoalan ekonomi, dan lain sebagainya (Suardiman, 2011). Meskipun individu lansia mengalami kondisi penurunan dalam segala aspek kehidupan, mereka sebenarnya tidak mau mengundurkan diri dari lingkungan sosial dan tetap memiliki kebutuhan dan keinginan yang sama seperti pada periode sebelumnya (Lemon, Bengston, & Peterson, 1972).

Kebutuhan dan keinginan para lansia setidaknya tergambar pada kehidupan mereka yang tinggal di panti wreda. Pernyataan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Achmad (Achmad, 2017) yang menunjukkan bahwa lansia yang menjadi partisipan dalam penelitiannya memiliki keinginan untuk tinggal di panti wreda karena beberapa alasan. Pertama para lansia mendapatkan perhatian dan semua kebutuhan hidupnya terpenuhi. Kedua karena para lansia dalam penelitiannya menilai bahwa panti wreda dapat mengurangi kesepian, karena memiliki teman yang seusia dan berpengalaman. Terakhir, para lansia memiliki kesibukan yang bermanfaat seperti menanam tanaman, mengikuti beragam kompetisi yang sesuai, mendapat asupan rohani, dan lain sebagainya, sehingga para lansia dapat merasakan kesenangan dan melupakan kesedihan yang mereka hadapi.

Menurut Badan Pusat Statistik, pada 2021 di Jawa Tengah saja terdapat kurang lebih 7.699 lansia yang hidup di rumah penampungan atau panti wreda. Panti wreda sendiri adalah sebuah institusi yang diupayakan pemerintah dalam departemen sosial untuk menampung individu lanjut usia (Mariani & Kadir, 2007). Awalnya panti wreda ini diperuntukkan pada lansia yang miskin dan terlantar, namun pada akhirnya pelayanan yang diberikan dalam panti wreda tidak dutilkan oleh mereka yang kurang beruntung saja, tetapi juga dibutuhkan oleh lansia yang berkecukupan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) panti wreda adalah tempat mengurus dan merawat orang jompo. Mengacu pada Peraturan Menteri Sosial RI No.19 Tahun 2012 pasal 9, panti wreda memberikan pelayanan dengan memberikan tempat tinggal yang layak, menjamin hidup berupa sandang, pangan dan papan, mengisi waktu luang lansia, membimbing mental, sosial, keterampilan, agama, dan juga mengurus pemakaman.

Lansia dimanapun mereka berada, tetap memiliki tugas perkembangan. Tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada satu fase tertentu dalam kehidupan individu, saat tugas perkembangan tersebut berhasil diselesaikan maka akan timbul perasaan bahagia dan kemungkinan mereka akan berhasil dalam menyelesaikan tugas selanjutnya, namun jika tidak maka perasaan yang akan timbul adalah ketidakbahagiaan dan juga kesusahan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan selanjutnya (Suardiman, 2011). Menurut Erickson dalam (Hurlock, 1997) usia lanjut memiliki tugas perkembangan yang salah satunya adalah mencapai pada integritas ego atau kepuasan. Kebahagiaan di masa usia lanjut

tergantung pada terpenuhinya *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasihian), dan juga *achievement* (penghasilan) (Hurlock, 1997). Lansia yang mencapai kepuasan pada tahap usianya, pada akhirnya akan mencapai kebahagiaan. Hal ini sesuai dengan arti kebahagiaan itu sendiri menurut Aziz (2011), yaitu pikiran atau perasaan yang didalamnya terdapat kepuasan, cinta, kesenangan, dan sukacita. Menurut Myers (2012), individu yang mencapai kebahagiaan akan lebih menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, dan mampu mengendalikan dirinya sendiri.

Kebahagiaan dapat dicapai melalui faktor internal dan eksternal (Diener, 2009). Faktor internal mencakup tipe kepribadian, kepuasan, jenis kelamin, harga diri, dan lain sebagainya. Faktor eksternal mencakup kekayaan, tingkat pendidikan, agama, aktivitas, dan lain sebagainya. Makna kebahagiaan didapatkan dari proses sosialisasi yang individu lakukan dalam mempelajari berbagai nilai yang ada di tengah masyarakat sekitar. Matsumoto dan Juang (2003) berpendapat bahwa sosialisasi adalah proses individu mempelajari dan menginternalisasi peraturan dan ketentuan berperilaku yang dipengaruhi budaya. Fenomena kebahagiaan yang didapatkan dari sosialisasi budaya tampak dalam kultur cina (Tionghoa).

Etnis Tionghoa adalah etnis keturunan Cina yang berbahasa Indonesia, dibesarkan di tengah masyarakat Indonesia, mengikuti adat dan tradisi yang ada di sekitar, namun tetap memiliki ciri dan tradisinya sendiri yang diperlihatkan melalui musik, pakaian, makanan dan minuman, nilai kehidupan, kualitas hidup, bahasa, beberapa bentuk kesenian, dan upacara adat (Turner & Allen, 2007). Penduduk beretnis Tionghoa di Indonesia tidak berjumlah besar, hanya sekitar 1,2% dari total penduduk di Indonesia, berdasarkan sensus penduduk tahun 2010 dari Badan Pusat Statistik. Meski jumlahnya kecil, masyarakat beretnis Tionghoa menguasai hampir 70% perekonomian di Indonesia (Basti, 2007). Pada lansia etnis Tionghoa, kebahagiaan ditemukan dalam nilai yang selalu dipegang teguh. Nilai yang dimaksud adalah nilai yang diambil dari ajaran konfusianisme atau *Kung Fu Tse*, atau yang biasa dikenal juga dengan *Kong Hu Chu*. Sesuai dengan pernyataan Yodhohusodo dalam (Basti, 2007), ajaran Kung Fu Tse berhubungan dengan hal sosial yang mengajarkan manusia untuk menunjukkan kebajikan dan kesempurnaan diri, yang akhirnya memberikan ciri pada orang Tionghoa yaitu *jen* dan *li*. *Jen* merupakan ciri yang dimana manusia memperlakukan manusia lain dengan baik, dan *li* merupakan sifat kesatria dan susila. Ajaran ini akhirnya menekan pada penghargaan akan kemampuan yang dapat berguna supaya manusia hidup bersama dalam keselarasan dan kebahagiaan.

Hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti kepada lansia beretnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda, dengan inisial "L" pada 10 Oktober 2022, yang membuktikan bahwa beliau merasa senang tinggal di panti wreda. Menurut "L", beliau merasa senang tinggal di panti wreda karena dikelilingi oleh orang-orang yang seusia sehingga tidak merasa kesepian. Meski begitu, wawancara yang dilakukan oleh peneliti ini menemukan hal yang bertolak belakang dengan apa yang disebutkan oleh teori sebelumnya, dimana dikatakan bahwa lansia etnis Tionghoa memegang nilai *Kung Fu Tse*. Nilai tersebut memberi ciri *jen* dan *li* yang merujuk pada sifat baik dalam memperlakukan manusia, kesatria, dan asusila, namun dalam wawancara "L" menjelaskan bahwa dirinya senang tinggal di panti wreda karena merasa dilayani dan dirawat dengan baik, seperti makan yang selalu disediakan setiap jam makan, dan baju kotor yang dicucikan setiap hari.

Terdapat juga stigma yang beredar di masyarakat yaitu panti wreda merupakan tempat pembuangan untuk orang tua yang sudah tidak diperdulika lagi (Wijayanti, 2008). Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang bertolak belakang dengan pernyataan sebelumnya, dan membuktikan adanya kebahagiaan pada lansia yang tinggal di panti wreda. Penelitian yang dilakukan oleh Firli dan Wiwien pada 2022 (Ariska, 2022), menunjukkan bahwa semua partisipan yang berpartisipasi dalam penelitiannya merasa bahagia tinggal di panti wreda dan memaknai kebahagiaan sebagai perasaan senang dan puas. Penelitian selanjutnya seputar kebahagiaan pada lansia juga dilakukan oleh A B Mbeo dan kawan-kawannya pada 2019 (Mbeo, Keraf, & Anakaka, 2019), dimana hasil penelitian dilakukan pada tiga orang partisipan menunjukkan bahwa ketiganya merasa bahagia tinggal panti sosial Budi Agung Kupang. Penelitian lainnya dilakukan oleh Koespratiwi dan Lathifah pada tahun 2020 (Koespratiwi, Lathifah, & Amirudin, 2020) menunjukkan bahwa kebanyakan lansia dalam penelitiannya merasa bahagia tinggal di panti wreda dan memaknai konsep kebahagiaannya dengan rasa bahagia yang diperlihatkan dalam menjalankan kegiatan sehari-hari, hal ini dipicu oleh beberapa aspek, yaitu kebutuhan pribadinya terjamin, memiliki teman yang seusia, dan juga tidak perlu lagi memikirkan banyak hal, karena semuanya sudah diurus.

Berdasarkan perbedaan yang ada antara teori yang menyatakan bahwa sebagian besar lansia akan mengalami berbagai macam perubahan yang akan memungkinkan munculnya perasaan tidak bahagia dan stigma yang ada di tengah masyarakat dengan fenomena awal di lapangan yang sudah peneliti paparkan di latar belakang, ditambah dengan adanya perbedaan antara teori yang menyatakan bahwa ada nilai yang dipegang teguh oleh individu beretnis Tionghoa yang bertujuan untuk mencapai kebahagiaan. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema kebahagiaan lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam tentang kebahagiaan lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif, dengan metode fenomenologi. Menurut Creswell (2015), penelitian fenomenologi adalah pendeskripsian makna atas fenomena atau pengalaman individu. Polkinghorne dalam (Herdiansyah, 2015), mendefinisikan fenomenologi sebagai gambaran arti dari berbagai pengalaman beberapa individu dalam suatu konsep. Peneliti memilih metode penelitian fenomenologi karena peneliti merasa metode ini tepat untuk melihat gambaran kebahagiaan pada lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda. Sejalan dengan teori Emzir (2010), yang mengatakan bahwa pendekatan fenomenologi digunakan untuk melihat secara detail makna yang individu berikan atas pengalaman pribadinya.

Partisipan dalam penelitian ini adalah individu lanjut usia beretnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda. Terdapat 2 partisipan dalam penelitian ini yang diperoleh menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan karakteristik berusia diatas 60 tahun, beretnis Tionghoa, dan tinggal di panti wreda. Pengambilan data menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur dan observasi. Wawancara dilakukan langsung dengan partisipan penelitian, dan observasi dilakukan selama wawancara berjalan. Peneliti juga

menggunakan alat bantu berupa perekam suara untuk mempermudah peneliti saat mengulang hasil wawancara. Data yang telah didapatkan dari partisipan kemudian di analisis menggunakan *Descriptive Phenomenological Analysis* (DPA) dengan tahapan membaca transkrip berulang kali, mengambil transkrip yang sudah berisi satuan makna, membuat deskripsi psikologis, membuat deskriptif struktural, mengaplikasikan tema, membuat sintesis tema, dan menemukan esensi (Kahija, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan tema umum yang muncul pada kedua partisipan secara bersamaan tentang gambaran kebahagiaan pada lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga yaitu: a). bersyukur bagian dari kebahagiaan. b). dukungan sosial membawa kebahagiaan. c). Adaptasi menciptakan kebahagiaan. d). kesuksesan membantu kebahagiaan.

Tema bersyukur bagian dari kebahagiaan menunjukkan emosi yang positif. Pernyataan tersebut didukung dengan pendapat yang diutarakan oleh Seligman, yaitu emosi positif adalah semua yang berkaitan dengan kepuasan seseorang serta rasa bersyukur (Seligman, 2005). Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia etnis Tionghoa di panti wreda Merbabu Salatiga bersyukur karena memiliki kondisi tubuh yang baik dan sehat. Mensyukuri kondisi tubuh yang baik dan sehat menjadi penting karena kesehatan dan kebahagiaan adalah dua hal yang saling mempengaruhi satu sama lain, dimana salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada masa lanjut usia adalah kesehatan dan saat individu lanjut usia merasakan kebahagiaan maka akan berdampak pada kesehatan baik secara fisik maupun secara mental (Karisna & Pihasniwati, 2019). Selain bersyukur atas kesehatan dan kondisi fisik yang baik, lansia etnis Tionghoa juga bersyukur atas kehidupan mereka saat ini di panti wreda. Para lansia menilai bahwa kehidupannya di panti wreda terhindar dari gangguan, tenang, dan bebas. Beberapa hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa individu yang merasa bersyukur memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi (Zulfina, 2014).

Rasa puas akan kehidupan yang sudah dijalani juga menjadi salah satu hal yang dapat di syukuri oleh para lansia yang pada akhirnya mendatangkan kebahagiaan. Rasa puas yang dimaksud bisa didapatkan melalui keberhasilan, penghargaan yang didapatkan, nilai-nilai, keberartian, serta kebijaksanaan yang didapatkan dari pengalaman selama kehidupan seseorang (Andriani & Sugiharto, 2022). Kepuasan ini tergambar juga dalam hasil penelitian yang sudah dilakukan dengan partisipan. Para lansia menyatakan puas atas kehidupan mereka hingga saat ini, karena semasa hidupnya, mereka berhasil mendapatkan penghargaan baik saat mengikuti lomba waktu masih berada dalam bangku pendidikan, hingga penghargaan karena selalu berhasil dalam memenuhi target penjualan saat bekerja. Berhasil pengabdian diri untuk setia bekerja dengan baik juga membuat lansia menjadi puas akan kehidupan mereka, sehingga saat berada pada fase lanjut usia, mereka tidak lagi memiliki keinginan yang berlebihan baik untuk kehidupan mereka saat ini maupun di waktu mendatang. Perasaan tersebut muncul karena para lansia merasa cukup dengan pengalaman yang mereka miliki sejauh ini.

Kebahagiaan yang dibawa dari dukungan sosial juga diterima oleh para individu lanjut usia yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga, karena meskipun mereka tinggal di

panti wreda, mereka tetap dapat terhubung dengan orang-orang yang ada di luar panti wreda. Dukungan sosial adalah bantuan baik secara formal maupun informal dengan tujuan memberikan kenyamanan secara fisik serta mental, sehingga seseorang merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai oleh orang lain (Assagaf & Sovitriana, 2021). Dukungan sosial menjadi hal yang penting bagi individu lanjut usia dimanapun mereka berada, bahkan untuk mereka yang tinggal di panti wreda (Khuzaimah, Anggraini, Hinduan, Agustiani, & Siswadi, 2021).

Dukungan sosial yang ditemukan dalam penelitian ini berbentuk relasi baik dengan teman-teman partisipan yang berada di luar panti maupun yang tinggal di panti, dengan para perawat yang ada di panti, dan juga dengan keluarga. Lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga mengaku hingga saat ini, mereka masih bisa berhubungan baik dengan teman-teman mereka yang berada di luar panti wreda. Komunikasi antara lansia yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga dengan teman-temannya terjalin melalui media sosial. Komunikasi yang dapat berjalan baik meskipun lansia tinggal di panti wreda ini akan membantu para lansia untuk merasa senang dan tidak kesepian. Selain relasi dengan teman-teman di luar panti wreda, lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga juga merasa cocok dan dapat berelasi baik dengan penghuni lain dan para perawat. Rekan dan keluarga yang sesekali mengunjungi para lansia di panti wreda juga menambah dukungan sosial yang dibutuhkan oleh mereka. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kuzaimah (Khuzaimah, Anggraini, Hinduan, Agustiani, & Siswadi, 2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh baik secara langsung maupun tidak terhadap kebahagiaan individu lanjut usia di panti wreda. Dukungan sosial dapat berpengaruh baik karena dukungan sosial dalam bentuk hubungan sosial dapat menumbuhkan rasa aman, rindu, cinta, dan juga harga diri, sehingga terbukti bahwa dukungan sosial akan bermanfaat baik untuk kebahagiaan lansia (Cohen, Underwood, & Gottlieb, 2000).

Saat individu memasuki fase lansia, maka individu tersebut akan mengalami berbagai macam perubahan baik di dalam dirinya maupun di luar, yang tentunya akan memerlukan individu lansia tersebut untuk mampu beradaptasi dengan baik. Perubahan-perubahan yang dimaksud adalah perubahan fisik seperti melemahnya kekuatan fisik, berkurangnya kemampuan fisik, dan lain sebagainya, perubahan tersebut juga terjadi pada mental, sosial, dan tidak terkecuali lingkungan serta aktivitas. Saat memasuki fase lanjut usia dan tinggal di panti wreda individu akan mengalami perubahan dalam aktivitas, seperti yang dalam penelitian ini. Peneliti menemukan bahwa terdapat perbedaan yang cukup besar dalam kehidupan para lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga, mereka yang sebelumnya terbiasa dengan bekerja, sudah tidak lagi bisa bekerja ataupun melakukan hal-hal yang mungkin mereka lakukan saat mereka masih lebih muda, hal ini bisa disebabkan karena mengalami penurunan fisik yang cukup banyak, dan bahkan sudah mengalami pengeroposan tulang di bagian kaki. Perubahan-perubahan ini akhirnya mengharuskan para lansia untuk mampu beradaptasi dengan kehidupannya saat ini, kemampuan beradaptasi adalah kemampuan dalam merespon secara perilaku dan juga mental, supaya mampu menghadapi berbagai macam tuntutan baik dari dalam diri maupun dari luar (Adi, Mawaddah, & Nurwidji, 2020).

Lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga menunjukkan bahwa mereka mampu beradaptasi dengan baik, hal ini ditandai dengan fakta bahwa mereka

mulai terbiasa dengan kegiatan-kegiatan mereka di panti wreda yang pastinya berbeda dengan kegiatan mereka sebelum tinggal di panti wreda, mereka bahkan menciptakan kegiatan-kegiatan baru yang positif seperti berolahraga. Meskipun ditemukan harapan yang cukup besar untuk kembali bekerja atau beraktivitas seperti sebelum dirinya tinggal di panti wreda, tetapi pada akhirnya para lansia menyatakan sudah menerima kenyataan bahwa keadaannya saat ini sudah tidak lagi memungkinkan untuk bekerja seperti sebelumnya. Hal tersebut menjadi sesuatu yang baik karena lansia yang tidak dapat beradaptasi dengan baik akan memiliki resiko mengalami stres, tidak mampu mengontrol kehidupan saat ini, dan bahkan kehilangan identitasnya, itulah mengapa kemampuan untuk beradaptasi menjadi penting bagi kebahagiaan lansia (Pae, 2017). Individu yang dapat beradaptasi dengan baik akan mampu menjadi produktif dalam kehidupan sehari-harinya saat ini, sehingga cenderung berdampak positif bagi kesehatannya, mampu memecahkan masalah dengan baik, memiliki relasi sosial yang baik, bahagia, dan lain sebagainya (Rusdiana, 2017).

Tema terakhir dari gambaran kebahagiaan lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga adalah kesuksesan membentuk kebahagiaan. Masa lalu adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada individu lansia di masa kini (Ariska, 2022), dan salah satu yang bisa dikenang dan menjadi memori yang baik di masa yang mendatang adalah kontribusi individu untuk sesuatu. Ditemukan bahwa para lansia pernah sukses berkontribusi dengan maksimal selama hidupnya, sehingga saat ini mereka hidup dengan lebih terjamin, karena kehidupannya di masa tua ada di panti wreda yang memastikan bahwa para lansia akan mendapatkan apapun yang menjadi kebutuhan pokok mereka, tanpa harus memikirkan biaya. Biaya yang seharusnya dikeluarkan untuk kehidupan mereka saat ini, sudah ditanggung oleh orang/lembaga yang menerima kontribusi baik dari para lansia tersebut sebelumnya. Selain keterjaminan hidup yang mereka dapatkan, mereka juga mendapatkan relasi yang akan selalu mengingatkan mereka bahwa mereka telah berkontribusi banyak selama kehidupan mereka. Menurut Csikzentmihalyi (Hakim & Hartati, 2017) kebahagiaan merupakan hasil dari kegiatan yang dilakukan oleh individu dengan sebaik mungkin, kegiatan tersebut berangkat dari masalah yang dimiliki individu, namun kegiatan akan memiliki potensi untuk membuat individu tersebut bahagia jika kontribusinya sesuai dengan kemampuan individu, jika terlalu berat maka kegiatan tersebut memungkinkan munculnya kecemasan dan bukan kebahagiaan, sedangkan jika terlalu mudah maka memungkinkan munculnya rasa bosan dan bukan kebahagiaan juga. Maka saat kegiatan yang dilakukan sesuai dengan kemampuan individu, dan individu tersebut dapat menyelesaikannya dengan sukses, maka kebahagiaan dapat dirasakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, benar adanya bahwa saat memasuki fase lanjut usia, individu akan mengalami banyak perubahan dalam kehidupannya, dan perubahan tersebut cenderung mengarah kepada hal yang kurang baik. Perubahan tersebut dialami oleh semua manusia tidak terkecuali mereka yang menghabiskan masa lansia mereka di panti wreda, namun ditemukan adanya kebahagiaan pada lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga. Gambaran kebahagiaan bagi individu lansia etnis Tionghoa yang tinggal di panti wreda Merbabu Salatiga adalah: Bersyukur bagian dari kebahagiaan, Dukungan sosial membawa kebahagiaan, Adaptasi menciptakan kebahagiaan,

dan Kesuksesan membentuk kebahagiaan. Saran yang ditujukan oleh peneliti setelah melakukan penelitian ini, untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti pada bidang yang sama adalah supaya dapat melihat kebahagiaan pada lansia yang masih memegang teguh nilai-nilai yang dimiliki, dan berada pada lingkungan ataupun perspektif budaya yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Achmad, N. (2017). Factors Affecting the Elderly Living in Nursing Home. *Atlantis Press*, 472-277. doi:<https://doi.org/10.2991/icosop-16.2017.64>
- [2] *Ada 30 Juta Penduduk Lansia di Indonesia pada 2021*. (2022, Mei 30). Retrieved from Databoks: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ada-30-juta-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2021>
- [3] Adi, M., Mawaddah, N., & Nurwidji, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Adaptasi Lansia Dengan Terapi Kelompok. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(1), 49-55. doi:<https://doi.org/10.36858/Jkds.V8i1.168>
- [4] Amalia, A. D. (2013). Kesenian dan isolasi Sosial yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan dari Perspektif Psikologis. *Sosio Informa*, 203-210. doi:<https://doi.org/10.33007/inf.v18i3.56>
- [5] Andriani, L., & Sugiharto. (2022). Gambaran Tingkat Kebahagiaan pada Lansia yang Tinggal di Komunitas. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2). Retrieved from <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/873>
- [6] Ariska, F. (2022). Kebahagiaan Lansia yang Tinggal di Panti Wreda. *Cross Border*, 5(2), 1023-1038. Retrieved from <https://journal.iaisambas.ac.id/index.php/Cross-Border/article/view/1218>
- [7] Assagaf, S. M., & Sovitriana, R. (2021). Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha. *Sosial dan Humoria*, 40-46.
- [8] Aziz, R. (2011). Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan Pada Guru Agama Sekolah Dasar. *Proyeksi*, 6(1). doi:<https://doi.org/10.30659/p.6.2.1-11>
- [9] Azizah, L. M. (2017). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [10] Basti, B. (2007). Perilaku Proposal Etnis Jawa dan Etnis Cina. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 12(23), 57-68. doi:<https://journal.uui.ac.id/Psikologika/article/view/8567>
- [11] Cohen, S., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. H. (2000). *Social Support Measurement and Intervention: A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford University Press. doi:<https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195126709.001.0001>
- [12] Creswell, J. W. (2015). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches*. (A. L. Lazaurdi, Ed.)
- [13] Diener, E. (2009). Subjective Well-Being. The Science of Well-Being. *Social Indicators Research Series*, 37(1), 11-58. Retrieved from https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2350-6_2
- [14] Emzir. (2010). Metodologi Penelitian Kualitatif, Analisis Data. *Grafindo Persada*.
- [15] Hakim, L., & Hartati, N. (2017). Sumber-Sumber Kebahagiaan Lansia Ditinjau Dari Dalam dan Luar Tempat Tinggal Panti Jompo. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 5(1), 32-42.

- doi:<https://doi.org/10.24036/rapun.v5i1.6638>
- [16] Herdiansyah, H. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Salemba Humanika.
 - [17] Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
 - [18] *Jumlah Penduduk Lansia di Indonesia pada 2021*. (n.d.). Retrieved from Databoks: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ada-30-juta-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2021>
 - [19] *Jumlah Penghuni di Panti Werdha Menurut Pengelola dan Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Tengah 2019-2021*. (n.d.). Retrieved from BADAN PUSAT STATISTIK JAWA TENGAH: <https://jateng.bps.go.id/indicator/27/575/1/jumlah-penghuni-di-panti-werdha-menurut-pengelola-dan-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-tengah.html>
 - [20] Kahija, Y. F. (2017). *Penelitian Fenomenologis Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Yogyakarta: Kanisius.
 - [21] *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. (n.d.). Retrieved from <https://kbbi.web.id/bahagia>
 - [22] Kementrian Sosial, R. I. (2012). Peraturan Menteri Sosial RI Nomor 19 Tahun 2012 Tentang Pedoman Pelayanan Sosial Lanjut Usia. Retrieved from <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/130208/permensos-no-19-tahun-2012>
 - [23] 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/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7>
 - [24] Karisna, N. D., & Pihasniwati, P. (2019). Peningkatan Kebahagiaan Lansia dengan Pelatihan Relaksasi Dzikir di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat: Media Pemikiran dan Dakwah Pembangunan*, 3(1). doi:<https://doi.org/10.14421/jpm.2019.031-07>
 - [25] Koespratiwi, S. N., Lathifah, A., & Amirudin, A. (2020). Konsepsi Kebahagiaan Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang. *Endogami*, 4(1), 21-27. doi:<https://doi.org/10.14710/endogami.4.1.21-27>
 - [26] L Andriani & Sugiharto- Jurnal Keperawatan, & 2022, U. (n.d.). Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas. *Ejurnal.Ars.Ac.Id*. Retrieved December 14, 2023, from <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/873>
 - [27] Lemon, B. W., Bengtson, V. L., & Peterson, J. A. (1972). An exploration of the activity theory of aging: activity types and life satisfaction among in-movers to a retirement community. *Journal of Gerontology*, 27(4), 511-523. <https://doi.org/10.1093/geronj/27.4.511>
 - [28] Mariani S. Sos, & Subhan Kadir, S. Kep. (2007, Agustus 20). Panti Wredha Adalah Pilihan. Retrieved from <https://subhankadir.wordpress.com/2007/08/20/panti-werdha-adalah-pilihan/>
 - [29] Maryam, S. (2008). *Menengenal usia lanjut dan perawatannya*. Penerbit Salemba.
 - [30] Matsumoto, D., & Juang, L. (2003). *Culture and Psychology* (3rd edition). New York: Wadsworth.
 - [31] Mbeo, A. B., Keraf, M. K. P. A., & Anakaka, D. L. (2019). Kebahagiaan Lansia di Panti

- Sosial. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(3), 166-178.
<https://doi.org/10.35508/jhbs.v1i3.2096>
- [32] Myers, D. G. (2012). Psikologi sosial. *Jakarta: Salemba Humanika*, 189-229.
- [33] Na'im, A., & Syaputra, H. (2010). Hasil sensus penduduk 2010: Kewarganegaraan, suku bangsa, agama, dan bahasa sehari-hari penduduk Indonesia [The results of the 2010 population census: Citizenship, ethnicity, religion, and everyday language of the Indonesian population]. *Badan Pusat Statistik*.
- [34] Nugraheni Koespratiwi, S., & Lathifah, A. (2020). Konsepsi Kebahagiaan Lansia di Pant Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang. *Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, 4(1), 2020.
- [35] Nurhidayah, S., & Agustini, R. (2012). Kebahagiaan lansia ditinjau dari dukungan sosial dan spiritualitas. *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 5(2), 15-32.
<https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/soul/article/view/627>
- [36] Pae, K. (2017). Perbedaan tingkat depresi pada lansia yang tinggal di panti werdha dan yang tinggal di rumah bersama keluarga. *Jurnal ners lentera*, 5(1), 21-32.
- [37] Prima, D. R., Safirha, A. A., Nuraini, S., & Maghfiroh, N. (2019). Pemenuhan Kebutuhan Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Grogol Jakarta Barat. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 1-7. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.115>
- [38] Rusdiana, I. (2017). Konsep authentic happiness pada remaja dalam perspektif teori myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, 2(1), 37-44.
- [39] Santrock, J. W., Sumiharti, Y., Sinaga, H., Damanik, J., & Chusairi, A. (2002). Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Jilid 1).
- [40] Seligman, M. E. (2005). Authentic happiness: Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif. *Bandung: Mizan*.
- [41] Suardiman, S. P. (2011). Psikologi Lanjut Usia. *Yogyakarta: Gadjah Mada University Press*.
- [42] Turner, S., & Allen, P. (2007). Chinese Indonesians in a rapidly changing nation: Pressures of ethnicity and identity. *Asia pacific viewpoint*, 48(1), 112-127.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8373.2007.00334.x>
- [43] Wijayanti, W. (2008). Hubungan Kondisi Fisik Rtt Lansia Terhadap Kondisi Sosial Lansia Di RW 03 RT 05 Kelurahan Tegalsari Kecamatan Candisari. *Jurnal Ilmiah Perancangan Kota dan Permukiman*, 7(1), 38-49. Community. *Journal of Gerontology*, 27(4), 511-523. doi:<https://doi.org/10.1093/geronj/27.4.511>
- [44] Zulfina, U. (2014). Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Wreda Melalui Psikoterapi Positif Dalam kelompok. *Psychological Journal Science and Practice*, 2(3), 256-267.
Retrieved from <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/pjsp/article/view/2889>