

## Kontribusi Dukungan Keluarga Terhadap *Psychological Well-Being* pada Komunitas Lansia “X” di Kota Bandung

<sup>1</sup>Juliyanti

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan, STIK Immanuel  
julylds@gmail.com

### Abstrak

Tujuan penelitian ini ialah untuk mendapatkan gambaran kontribusi dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung. Metode yang digunakan ialah metode korelasi fungsional dengan teknik *convenience sampling*. Alat ukur *psychological well-being* memiliki rentang validitas 0,332—0,851, dukungan keluarga 0,392—0,755 dan uji reliabilitas dengan hasil alat ukur *psychological well-being* memiliki rentang reliabilitas 0,444—0,839, dukungan keluarga 0,320—0,553. Kuesioner penelitian ini diberikan kepada 81 lansia. Berdasarkan analisis yang dilakukan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga memiliki kontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* sebesar 24,7% pada komunitas lansia “X” di kota Bandung. Bentuk dukungan keluarga yang memiliki kontribusi signifikan ialah *instrumental* dan *information*.

**Kata Kunci:** Lansia, *psychological well-being*, dukungan keluarga.

### Abstract

*The purpose of this research is to find of the contribution of family support to the psychological well-being of the elderly in the elderly community "X" in the city of Bandung. The method used is the functional testing method by convenience sampling technique. Psychological well-being has a validity range of 0.332-0.851, family support 0.392-0.755 and reliability testing with the results of psychological well-being measures have a reliability range of 0.444-0.839, family support 0.320-0.553. This research questionnaire was given to 81 elderly. Based on the analysis conducted in this study it can be concluded that family support has a significant contribution to psychological well-being of 24.7% in the elderly community "X" in the city of Bandung. Form of family support that has significant instrumental and information support*

**Keywords:** Elderly, *psychological well-being*, family support.

### PENDAHULUAN

Meningkatnya usia harapan hidup di Indonesia menjadi suatu berita baik hal ini menggambarkan bahwa semakin baiknya kesehatan manusia, sejalan dengan itu acara “Sahabat Lansia“ yang diprakarsai oleh Walikota Bandung pada tahun 2017 menyatakan bahwa jumlah lansia di kota Bandung semakin meningkat, peningkatan jumlah lansia sebanyak 11,2% dari jumlah penduduk kota Bandung, melihat angka persentase lansia yang tinggi pemerintah

kota Bandung merasa perlu lebih memperbaiki kualitas hidup dan lingkungan tempat lansia tinggal agar menjadi ramah lansia, bahwa kehidupan sehari-hari terdiri atas berbagai tekanan yang berpotensi pada kesejahteraan hidup dengan menekankan pada kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) lansia, sehingga terbentuklah program “Minggu Lansia” (DP3APM, 2017). Lansia komunitas “X” merupakan percontohan bagi komunitas lainnya, karena sudah memenangkan beberapa

penghargaan seperti komunitas lansia teraktif, lansia sehat dan masih banyak penghargaan lainnya, dari hasil wawancara pada dua sukarelawan didapatkan data bahwa hanya beberapa lansia saja yang aktif dan produktif, selebihnya harus banyak di motivasi untuk melakukan kegiatan. Salah satu aspek psikologis penting yang dapat mendukung kesehatan dan produktivitas lansia adalah *psychological well-being* (Howell, Kern, dan Lyubomirsky, 2007). *Psychological well-being* merupakan penilaian individu berdasarkan evaluasi terhadap pengalaman di masa hidupnya, tidak hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi juga individu mempunyai kemampuan *self-acceptance, positive relation with others, autonomy, environment mastery, purpose in life* dan *personal growth* (Ryff & Singer, 2008). Menurut Ryff (1989) bahwa relasi sosial termasuk salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* serta

menjelaskan individu yang suka mengisolasi dari hubungan sosial dengan orang lain, lebih suka menyendiri, dan kehilangan dukungan keluarga, sangat berpeluang lebih tinggi untuk terserang penyakit. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa interaksi yang sehat merupakan bagian dari faktor sosial dan psikologi.

## METODOLOGI

Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian korelasi fungsional, populasi dari penelitian ini adalah lansia berjumlah 81 orang, berusia  $\geq 60$  tahun, tinggal bersama keluarga dan bertempat tinggal di Bandung. Penelitian ini menggunakan alat ukur yang sudah di adaptasi dan disesuaikan dengan responden, variabel *psychological well-being* dimodifikasi dari alat ukur *Psychological Well-Being* versi bahasa Indonesia Amalia (2015), dukungan keluarga (Uchino, 2004 dalam Sarafino, 2012).

## HASIL

**Tabel Kontribusi Dukungan Keluarga terhadap *Psychological Well-Being***

Model	R	R square	Adjudt R Square	Std Error of the Estimate	F	Sig
1	.497 <sup>a</sup>	.247	.207	10.62912	6.224	.000 <sup>a</sup>

**Tabel Gambaran Responden**

Karakteristik	Jumlah	Presentse
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	27 Orang	33.3 %
Perempuan	54 Orang	66.7 %
<b>Status Ekonomi</b>		
Bekerja	23 Orang	28.4 %
Tidak Bekerja	58 Orang	71.6 %

### Status Pernikahan

Menikah	32 Orang	39.5 %
Duda	8 Orang	9.9 %
Janda	41 Orang	50.6 %

### Status Penghasilan

Penghasilan sendiri	23 Orang	28.4 %
Bergantung anak/keluarga	68 Orang	71.6 %

### Status Pendidikan

SD	37 Orang	45.7 %
SMP	19 Orang	23.5 %
SMA	20 Orang	24.7 %
D3	3 Orang	3.7 %
SI	2 Orang	2.4 %

**Tabel 3. Gambaran Dukungan keluarga**

Dukungan Keluarga	<i>Emotional support</i>	<i>Instrumental support</i>	<i>Information support</i>	<i>Companionship support</i>
<b>Tinggi</b>	48.15%	44.44%	48.15%	56.79%
<b>Rendah</b>	51.85%	55.56%	51.85%	43.21%

**Tabel 4. Gambaran *Psychological Well Being***

<i>Psychological Well Being</i>	Frekuensi	Persentase
Tinggi	40	49.4
Rendah	41	50.6
<b>Jumlah</b>	<b>81</b>	<b>100</b>

**Tabel 5. Kontribusi perjalur dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* pada komunitas lansia “X” di Bandung.**

Dukungan keluarga	B	Kontribusi	Sig.
<i>Emotional Support</i>	.964	6.02%	.510
<i>Instrumental Support</i>	1.854	14.10 %	.112
<i>Information Support</i>	1.114	1.52 %	.002
<i>Companionship Support</i>	1.219	3.01%	.071

Hasil penelitian didapatkan dari pengolahan data melalui penyebaran kuesioner mengenai kontribusi dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* pada komunitas lansia “X” di kota Bandung. Dengan gambaran responden jenis kelamin terbanyak perempuan 66.7%, lebih banyak yang tidak bekerja dan menggantungkan hidupnya pada keluarga 71.6%, status pernikahan tertinggi janda dengan persentase 50.6%, status pendidikan umumnya sekolah dasar (SD) 45.7 %, dukungan keluarga tertinggi *companionship support* 56,7% dan *psychological well-being* rendah 50,6 %. Terlihat bahwa terdapat kontribusi 24,7 % dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung. Penelitian ini juga menunjukkan kontribusi dari masing-masing bentuk dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* lansia. Dukungan emosi dengan kontribusi tidak signifikan sebesar 6,02%. Dukungan keluarga dalam bentuk dukungan *instrumental* dengan kontribusi signifikan sebesar 14,10 %. Dukungan keluarga dalam bentuk dukungan informasi memiliki kontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* lansia sebesar 1,52% dan merupakan dukungan dengan kontribusi paling kecil di antara ketiga dukungan lainnya. Bentuk dukungan terakhir ialah dukungan *companionship* yang memiliki kontribusi tidak signifikan terhadap *psychological well-being* lansia sebesar 3,01%.

## PEMBAHASAN

Bentuk dukungan keluarga yang berkontribusi dan signifikan terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung ialah dukungan *instrumental* dan informasi. Dukungan *instrumental* diperlukan jika dilihat dari keterbatasan fisik lansia maupun secara materi karena sebagian besar lansia tidak bekerja. Penelitian terdahulu Ryff (1989) menambahkan bahwa keuangan menjadi prediktor utama dalam variabel *psychological well-being*, hasil penelitian serupa lainnya Hayo dan Seifert (2003) menemukan bahwa individu yang memiliki pendapatan sedikit memiliki tingkat *psychological well-being* rendah, sebaliknya, individu yang memiliki pendapatan tinggi memiliki tingkat *psychological well-being* tinggi, dengan demikian dukungan *instrumental* sangat berarti bagi lansia sehingga secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi *psychological well-being* lansia *being* hasil ini sama dengan yang dihasilkan dalam penelitian ini.

Dukungan informasi dengan kontribusi paling kecil di antara ketiga dukungan lainnya, terdiri atas pemberian nasihat, pengarahan, saran, atau umpan balik mengenai bagaimana lansia melakukan sesuatu. Mendapatkan dukungan informasi membuat lansia dapat memecahkan masalahnya, dapat membuat lansia memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Penelitian dengan hasil

berbeda oleh (Lidya, 2017) mengenai dukungan keluarga terhadap kesejahteraan lansia mengungkapkan bahwa seluruh aspek dukungan keluarga berkontribusi tidak signifikan. Jika dikaji faktor penyebabnya adalah kemungkinan perbedaan latarbelakang komunitas jika terdahulu di wilayah Gereja, sedangkan pada penelitian ini komunitas lansia di masyarakat dan pada penelitian ini melihat hanya dari faktor eksternal *psychological well-being* lansia.

Hal ini menjelaskan bahwa *Psychological well-being* yang dimiliki lansia tidak terlepas dari lingkungan sosial yang dimiliki oleh lansia. Salah satu aspek lingkungan sosial yang memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being* lansia adalah dukungan keluarga. Keberadaan keluarga dan jaringan sosial yang memberikan dukungan kepada lansia menunjukkan kontribusi terhadap peningkatan tingkat *psychological well-being*.

#### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan dukungan keluarga berkontribusi terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia "X" di kota Bandung, bentuk dukungan keluarga yang berkontribusi dan signifikan terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia "X" di kota Bandung ialah dukungan *instrumental* dan informasi. Sehubungan dengan simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran, yaitu saran berupa penelitian untuk mengembangkan penelitian dari sisi internal lansia seperti *trait* kepribadian. Bagi keluarga disarankan untuk memperbanyak mengikuti seminar atau membaca mengenai perkembangan lansia agar lebih memahami keadaan lansia guna memberikan dukungan berupa waktu untuk berbincang-bincang, tenaga untuk membantu melakukan mobilitas, serta materi untuk keperluan sehari-hari lansia. Lansia dapat mengikuti kegiatan yang

sudah terjadwalkan oleh keluarga agar tidak merasa bosan dan kesepian seperti mengikuti senam lansia, pengajian, latihan alat musik, pelayanan sesuai dengan kemampuan lansia.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, sofa. 2015. Analisa psikometrik alat ukur *ryff's psychological well-being (rpsychologicalwell-being)* Versi Bahasa Indonesia: Studi pada Lansia guna Mengukur Kesejahteraan dan Kebahagiaan. Tesis. Universitas Padjajaran: Bandung.
- DP3APM. 2017. *Lansia News*. Bidang Lansia. Bandung.
- Hayo, B., dan Seifert, W. 2003. Subjective Economic Well-Being in eastern Europe. *Journal of Economic Psychology*, 24: 329-348.
- Howell, R. T., Kern, M. L., and Lyubomirsky, S. 2007. *Health benefits: Meta-analytically determining the impact of well-being on objective health outcomes. Health Psychology Review*, 1, 1-54.
- Lidya, Suci 2017. Kontribusi *trait* kepribadian dan dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* di komunitas "Y" kota Bandung.
- Ryff dan Carol, D. 1989. Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57 (1969-1081).
- Ryff, C.D. & Singer, H.B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well Being. *Journal of Happiness Studies* Vol.9 No.1 : 13-39.

Sarafino, E.P & Smith, T.W. 2012. Health  
Psychology – Biopsychosocial

interactions 7th edition. USA:  
John Wiley & Sons, Inc.