

**Gambaran *Psychological Well-Being*
Pada Lansia Yang Melajang**

**Skripsi ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh
Ujian Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi**

**Sarah Octaviany Thiodora
(705060076)**

**Fakultas Psikologi
Universitas Tarumanagara
Jakarta**



**Gambaran *Psychological Well-Being*
Pada Lansia Yang Melajang**

Skripsi

Sarah Octaviany Thiodora

705060076

Fakultas Psikologi

Universitas Tarumanagara

Jakarta

2011

KATA PENGANTAR

Pertama-tama penulis mengucapkan puji syukur dan terima kasih kepada Tuhan Yesus yang Maha Kuasa karena selalu membimbing, memberi kekuatan, dan atas kasih-Nya yang luar biasa dalam hidup saya. Skripsi ini dapat berjalan dengan baik semua karena berkat dan karuniaNya. Tanpa itu semua penulis tidak akan dapat menjalani proses perkuliahan sampai pengerjaan skripsi dengan baik.

Terima kasih kepada Ibu Naomi Soetikno, M.pd, Psi., selaku dosen pembimbing pertama dan Ibu Dr. Fransisca Iriani, M.Si, selaku dosen pembimbing kedua yang senantiasa membimbing dari awal penulisan sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena dengan sabar dan baik beliau selalu memberikan masukan-masukan yang berguna, pengetahuan baru, serta nasihat-nasihat yang dapat membuat skripsi ini menjadi baik. Terima kasih juga karena sudah menyempatkan waktu di tengah kesibukannya untuk membimbing penulis. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC dan ibu Roswiyani P. Zahra, M.Psi., selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan-masukan yang sangat bermanfaat bagi penelitian ini.

Terima kasih kepada keenam subyek penelitian saya. Bapak A, Bapak B, Bapak C, Ibu D, Ibu E, dan Ibu F. Terima kasih atas waktu yang telah disediakan dan atas kesediaannya untuk diwawancarai. Penulis menjadi tahu seperti apa permasalahan yang pada umumnya terjadi pada lansia serta permasalahan yang

dihadapi dalam hidup melajang. Terima kasih atas partisipasi anda semua sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga, yakni ayah dan ibu, Bernardus Inwinata Thiodora dan Fransiska Hemie Lestari. Terima kasih untuk dukungan, semangat, doa, kepercayaan dan kasih sayang yang telah diberikan. Terima kasih pula untuk bantuan dalam pencarian subyek penulisan ini. Ucapan terima kasih juga penulis ucapkan kepada kakak-kakak, yakni untuk Stevanus Hermanto Aries Thiodora, Elen, serta Angela Karina Thiodora. Terima kasih atas dukungan dan motivasi yang selama ini diberikan dan berguna untuk kemajuan penulis. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Frederick Gunawan beserta keluarga atas bantuan, semangat, dukungan, serta motivasi. Terima kasih juga atas perhatian dan doa yang sudah diberikan serta masukan yang selalu dapat menjadi inspirasi bagi saya. Kalian semua merupakan berkat Tuhan yang sangat berharga.

Terima kasih kepada keluarga besar Ong yang telah membantu peneliti dalam pencarian subyek penulisan ini. Terima kasih juga kepada Eleonora Helga, Desca Visesa, Defi Suyanti, Jessica Moniaga, Nellyanti, Ventryshia, serta Yunita Pangestu. Terima kasih untuk doa, dukungan, semangat dan bantuannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan selama ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih juga kepada Rizky Maulidina, Gracia, Lisa, Christy Lokajaya, William Wong, Yosua Soeryanto, Rossana, dan Indah Jayanti. Terima kasih atas dukungan, semangat, dan bantuan kalian dalam proses pengerjaan skripsi ini. Dukungan dan bantuan kalian benar-benar sangat berguna. Terima kasih untuk kesediaan

mendengarkan keluh kesah penulis selama ini. Penulis berterima kasih pada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Bantuan dan semangat kalian sangat penting dalam proses pengerjaan skripsi ini. Terima kasih untuk semua yang kalian lakukan.

Akhir kata, penulis menyatakan bahwa seluruh isi dan penulisan skripsi ini merupakan tanggung jawab penulis. Penulis menyadari bahwa penulisan ini masih belum sempurna dan banyak kekurangannya. Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi manfaat bagi semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung.

Jakarta, Maret 2011

Sarah Octaviany Thiodora

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	i
Daftar Isi	iv
Daftar Lampiran	viii
Daftar Tabel	ix
Abstrak	x

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
1.5 Sistematika Penelitian	8

BAB II TINJAUAN TEORETIS

2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.1 Sejarah <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.2 Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	12

2.1.3 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	13
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	17
2.2 Lansia	20
2.2.1 Tugas Perkembangan Lansia	21
2.2.2 Tahapan Psikososial Lansia	22
2.2.3 Masalah-Masalah Pada Lansia	23
2.2.3.1 Masalah Fisik	23
2.2.3.2 Masalah Mental	24
2.2.3.3 Masalah Kognitif	24
2.2.3.4 Masalah Psikososial	25
2.2.3.5 Masalah Spiritual	25
2.2.3.6 Masalah Ekonomi	26
2.3 Lajang	26
2.3.1 Pengertian Lajang	26
2.3.2 Alasan Melajang	27
2.3.3 Aspek Positif dan Negatif Hidup Melajang	29
2.3.4 Masalah-Masalah Pada Wanita Lajang	30
2.3.5 Masalah-Masalah Pada Pria lajang	31
2.4 Kerangka Berpikir	31
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Subyek Penelitian	34

3.1.1	Karakteristik Subyek Penelitian	34
3.1.2	Teknik Pengambilan Sampel	35
3.2	Desain Penelitian	35
3.3	<i>Setting</i> Lokasi dan Instrumen Penelitian	36
3.3.1	<i>Setting</i> Lokasi	36
3.3.2	Instrumen Penelitian	36
3.4	Prosedur Penelitian	36
3.4.1.	Prosedur Pengambilan Data	36
3.4.2	Prosedur Pengolahan dan Analisis Data	40
BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS DATA		
4.1	Gambaran Subyek Penelitian	41
4.1.1	Subyek Pertama	42
4.1.2	Subyek Kedua	43
4.1.3	Subyek Ketiga	44
4.1.4	Subyek Keempat	45
4.1.5	Subyek Kelima	46
4.1.6	Subyek Keenam	47
4.2	Permasalahan yang Dihadapi Lansia	49
4.2.1	Masalah Fisik	49
4.2.2	Masalah Kognitif	54
4.2.3	Masalah Ekonomi	57
4.2.4	Masalah Mental	60
4.2.5	Masalah Spiritual	63

4.2.6 Masalah Psikososial	67
4.3 Melajang	72
4.3.1 Alasan Melajang	72
4.3.2 Aspek Positif Hidup Melajang	76
4.3.3 Aspek Negatif Hidup Melajang	80
4.3.4 Permasalahan Dalam Hidup Melajang	84
4.4 <i>Psychological Well-Being</i>	89
4.4.1 Dimensi Penerimaan Diri	89
4.4.2 Dimensi Hubungan Positif Dengan Orang Lain	97
4.4.3 Dimensi Otonomi	106
4.4.4 Dimensi Penguasaan Lingkungan	112
4.4.5 Dimensi Pertumbuhan Pribadi	119
4.4.6 Dimensi Tujuan Hidup	124
4.4.7 Gambaran <i>Psychological Well-Being</i>	130
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	
5.1 Simpulan	137
5.2 Diskusi	138
5.3 Saran	140
5.3.1 Saran yang Berhubungan dengan Manfaat Teoretis	140
5.3.2 Saran yang Berhubungan dengan Manfaat Praktis	141
<i>ABSTRACT</i>	144
Daftar Pustaka	P-1

Lampiran

L-1

Daftar Lampiran

Lampiran 1: Pernyataan Persetujuan	L-1
Lampiran 2: Pedoman Wawancara	L-3
Lampiran 3: Jadwal Wawancara	L-8
Lampiran 4: Masalah-Masalah Pada Lansia	L-10
Lampiran 5: Melajang	L-13
Lampiran 6: Gambaran <i>Psychological Well-Being</i>	L-15

Daftar Tabel

Tabel 1: Data Subyek	48
Tabel 2: Masalah-Masalah Pada Lansia	71
Tabel 3: Alasan Melajang	75
Tabel 4: Aspek Positif Hidup Melajang	79
Tabel 5: Aspek Negatif Hidup Melajang	83
Tabel 6: Permasalahan Dalam Hidup Melajang	88
Tabel 7: Dimensi Penerimaan Diri	96
Tabel 8: Dimensi Hubungan Positif Dengan Orang Lain	105
Tabel 9: Dimensi Otonomi	111
Tabel 10: Dimensi Penguasaan Lingkungan	117
Tabel 11: Dimensi Pertumbuhan Pribadi	123
Tabel 12: Dimensi Tujuan Hidup	129
Tabel 13: Gambaran <i>Psychological Well-Being</i>	136
Tabel 14: Jadwal Wawancara	L-8

Tabel 15: Masalah-Masalah Pada Lansia	L-10
Tabel 16: Melajang	L-13
Tabel 17: Gambaran <i>Psychological Well-Being</i>	L-15

ABSTRAK

SARAH OCTAVIANY THIODORA

Gambaran *Psychological Well-Being* Pada Lansia yang Melajang; (Naomi Soetikno, M.Pd. Psi., Dr. Fransisca Iriani, M.si.); Program Studi S1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (144 Hlm; P1-P5; L1-L18).

Psychological well-being dikenal sebagai salah satu kriteria kesehatan mental yang mengandung enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Lansia merupakan istilah tahap akhir dari proses perkembangan pada manusia. Pada tahap ini terjadi juga kemunduran dari tahap-tahap sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada lansia yang melajang. Melajang diartikan sebagai kondisi individu yang tidak menikah. Penelitian dilakukan dengan metode wawancara terhadap enam orang lansia yang hidup melajang. Penelitian ini berlangsung selama tujuh bulan, sejak Agustus 2010 sampai dengan Maret 2011. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subyek menunjukkan

mereka: (a) mampu menerima keadaan diri mereka untuk hidup melajang, (b) mereka merasa memiliki cukup otonomi, (c) mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, (d) mampu mengarahkan hidup dan meningkatkan kehidupan mereka. Sebagian besar dari mereka: (a) mampu memberikan cukup perhatian tidak hanya pada diri sendiri tetapi juga pada orang lain, (b) memiliki pandangan cukup positif terhadap masa lalu, dan (c) relatif tertarik untuk tetap mengembangkan diri sendiri. Sekalipun mereka mampu menyesuaikan kehidupan mereka dengan lingkungan, namun mereka cenderung bersikap ekstra hati-hati dalam berpartisipasi dengan kegiatan eksternal di lingkungan sosialnya.

Kata kunci: *Psychological well-being*, melajang, lansia.