

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Di puskesmas kalasan mendiakan program Upaya Kesehatan Perorangan (UKP) untuk semua masyarakat. Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi yang tidak bisa dilepaskan dari kesehatan fisik. Kondisi psikologi dan kondisi fisik merupakan kesatuan yang saling mempengaruhi satu sama lain. Oleh karena itu, untuk memfasilitasi tercapainya yang optimal puskesmas kalasan menyediakan pelayanan psikologi bagi masyarakat secara komprehensif meliputi upaya promotive, preventif, kuratif maupun rehabilitatif. Pelayanan di puskesmas kalasan menyediakan pelayanan konseling individual

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kalasan, dalam hal ini terdapat bahwa kesejahteraan psikologis lansia lebih banyak berada pada kategori cukup sebanyak 47 orang (71,2%). Hal tersebut dapat artinya bahwa sebagian lansia sudah memiliki cukup kemampuan untuk menerima kekurangan dan kelebihan yang terdapat dalam dirinya masing-masing

Puskesmas Kalasan menyediakan fasilitas pengobatan pelayanan rawat jalan yaitu poli umum, gigi, KIA/KB, Laboratorium, Fisioterapi, Psikologi dan Farmasi. Terdapat juga pelayanan rawat inap dan Bersalin yaitu 24 jam. Adapun jadwal pelayanan Senin s/d Kamis Jam 07:30 s/d 14:30 WIB, Jum'at jam 07:30 s/d 11:30 WIB dan Sabtu jam 07:30 s/d 13:00 WIB.

2. Analisis Univariat

Penelitian ini dilakukan pada lansia di Puskesmas Kalaasan, Kabupaten Sleman Yogyakarta dengan jumlah responden sebanyak 66 responden. Data primer diperoleh dengan melakukan penyebaran kuesioner secara langsung kepada responden. Adapun hasil dari analisis univariat terdiri dari karakteristik responden dan kesejahteraan psikologis

(*psychological well being*) yang ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi dan persentase sebagai berikut:

a. Gambaran Karakteristik Responden

Diskripsi hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan penghasilan ditampilkan dalam tabel 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan dan Penghasilan di Puskesmas Kalasan, Kabupaten Sleman Yogyakarta

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
60-74 Tahun	54	81,8
75-90 Tahun	12	18,2
Jenis kelamin		
Laki-laki	27	40,9
Perempuan	39	59,1
Pendidikan		
SD	15	22,7
SMP	18	27,3
SMA	17	25,8
Perguruan Tinggi	16	24,2
Pekerjaan		
Pensiunana	5	7,6
Tidak bekerja	10	15,2
Dagang	15	22,7
Petani	36	54,5
Pendapatan		
>1.840.900	24	36,4
<1.840.900	42	63,6
Jumlah	66	100

Sumber: Data Ppimer, 2021

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa hasil penelitian karakteristik berdasarkan usia mayoritas responden berada dalam rentang usia 60-74 tahun sebanyak 54 orang (81,8%), jenis kelamin lebih banyak perempuan dengan jumlah 39 orang (59,1%), pendidikan terakhir responden lebih banyak SMP dengan jumlah 18 orang (27,3%), sebagian besar bekerja di sektor pertanian sebanyak 36 orang (54,5%) dan dengan penghasilan <pendapatan sebanyak 42 orang (63,6%).

b. Gambaran Kesejahteraan Psikologis

Diskripsi hasil penelitian kesejahteraan psikologis responden ditampilkan dalam tabel 4.2.

Tabel 4.2 Distribusi Kesejahteraan Psikologis di Puskesmas Kalasan, Kabupaten Sleman Yogyakarta

Kesejahteraan Psikologis	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	19	28,8
Cukup	47	71,2
Jumlah	66	100

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis lebih banyak berada pada kategori cukup sebanyak 47 orang (71,2%).

Tabel 4.3 Rata-Rata Jawaban Responden pada Kuesioner *Psychological Well Being*

No	Pernyataan	Mean (SD)
1	Saya merasa puas karena mampu menangani kehidupan sehari-hari saya yang sibuk.	3,848 (1,00)
2	Saya iri terhadap banyak orang akan kehidupan yang mereka jalani.	3,803 (1,03)
3	Saya merasa aktivitas yang selama ini saya jalani memberikan banyak arti bagi kehidupan pribadi saya.	3,818 (1,08)
4	Saya merasa rencana-rencana yang saya buat cukup membantu dalam usaha pencapaian target-target saya.	3,787 (1,10)
5	Telah lama saya menyerah untuk mencoba menciptakan perkembangan besar dalam hidup saya.	3,196 (1,11)
6	Banyak hari dimana saya bangun dengan merasa kecil hati tentang bagaimana saya menjalani hidup saya.	3,181 (1,07)
7	Saya mengalami kesulitan untuk benar-benar bicara secara terbuka dengan orang lain.	3,424 (1,05)
8	Saya termasuk orang yang mudah berubah pendapat jika dikomentari oleh orang lain.	3,318 (1,10)
9	Saya adalah orang yang aktif melaksanakan rencana-rencana yang telah saya tetapkan untuk diri sendiri.	3,484 (1,03)
10	Saya ingin terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang dapat mengembangkan potensi tentang diri saya.	3,292 (0,97)
11	Secara umum, saya merasa positif tentang diri saya.	3,07 (1,17)

12	Saya segan untuk terlibat dengan aktivitas-aktivitas di sekitar saya meskipun bermanfaat sebab saya kesulitan mengaturnya dengan kesibukan saya yang lain.	3,212 (1,09)
13	Dari agama, saya mengetahui apa tujuan akhir dari semua hal yang saya lakukan di dunia ini.	3,196 (1,20)
14	Saya khawatir dengan penilaian orang lain terhadap pilihan-pilihan hidup saya.	3,515 (1,14)
15	Saya merasakan adanya kemajuan dalam tingkah laku saya dari waktu ke waktu.	3,348 (1,10)
16	Saya mampu membina hubungan yang hangat dengan orang lain.	3,606 (1,02)
17	Saya sudah tidak lagi tertarik untuk mencoba hal-hal baru yang dapat membuat perubahan besar dalam diri saya.	3,590 (1,15)
18	Saya merasa usaha mengubah kebiasaan buruk saya hanyalah pekerjaan sia-sia.	3,681 (1,15)
19	Jika saya melihat hal negatif terjadi di sekitar saya, saya akan berusaha untuk mengubahnya.	3,590 (1,01)
20	Sejalan dengan waktu, saya memperoleh banyak wawasan mengenai hidup yang membuat saya menjadi lebih baik.	3,590 (1,04)
21	Saya mempunyai kemampuan untuk mengubah keadaan di sekitar saya menjadi lebih baik.	3,424 (1,11)
22	Jika mengingat perjalanan hidup saya, saya merasa telah melakukan banyak hal positif bagi diri saya maupun orang lain.	3,484 (1,10)
23	Saya menjalani hidup hari demi hari dengan tidak benar-benar berpikir tentang masa depan.	3,424 (1,31)

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa item pertanyaan nomor 18 adalah nilai domain yang paling tertinggi ($mean = 1,681$, $SD = 1,15$) dan item pertanyaan nomor 13 adalah nilai paling terendah ($mean = 3,196$, $SD = 1,20$).

B. Pembahasan

1. Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis (*psychological well being*) lansia di Puskesmas Kalasan, Kabupaten Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis lansia lebih banyak berada pada kategori cukup sebanyak 47

orang (71,2%). Hal tersebut artinya bahwa sebagian lansia sudah memiliki cukup kemampuan untuk menerima kekurangan dan kelebihan yang terdapat dalam diri lansia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Akbar (2015) menunjukkan bahwa *psychological well being* lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru berada pada tingkat sedang sebanyak 20 orang (35,71%). Didukung oleh penelitian Malisa & Khairani (2017) menunjukkan hasil bahwa kesejahteraan psikologis lansia (*psychological well being*) dalam kategori cukup baik (65,4%).

Ryff dan Keyes (1995) dalam Akbar (2015) menyebutkan bahwa *psychological well being* saat dimana seseorang hidup dengan bahagia berdasarkan pengalaman hidupnya, bagaimana mereka memandang pengalaman tersebut berdasarkan potensi yang dimiliki mereka miliki dan didasari enam dimensi yaitu : kemandirian, menguasai lingkungan, menjadi pribadi yang berkembang, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup dan penerimaan yang baik. Lansia memiliki penilaian yang cukup baik terhadap pengalaman-pengalaman hidupnya selama ini.

Berdasarkan hasil analisis kuesioner dengan nilai tertinggi terdapat pada pernyataan -Saya merasa usaha mengubah kebiasaan buruk saya hanyalah pekerjaan sia-sial yang termasuk ke dalam penerimaan diri dengan nilai *mean* 3,681 dengan *SD* 1,15. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian lansia memiliki kemampuan untuk menerima kekurangan dan kelebihan yang terdapat dalam diri lansia. Lansia yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki *psychological well being* yang baik. Menurut Hurlock (2012), bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa

tidak aman. Hal ini sejalan dengan lansia dalam penelitian ini dimana mereka merasa bangga dengan kehidupan saat ini, dan mereka menerima terhadap kualitas baik dan buruk mengenai kehidupan masa lalu yang berbanding berbeda dengan kehidupan sekarang.

Hal ini didukung oleh penelitian Priadana & Sukianti (2019) menyatakan bahwa bagi lansia yang memiliki pandangan positif tentang dirinya, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada dirinya, serta mampu memandang positif kehidupan yang telah dijalaninya, maka lansia tersebut akan merasakan kepuasan dalam hidup. Lansia akan mudah menganggap bahwa apa yang ada dan terjadi pada dirinya saat ini merupakan kesalahan di masa lalu. Selain itu, lansia juga akan lebih sering merasa gembira, bersemangat dalam menjalani hari tuanya di panti, tidak merasa diasingkan, dan mampu berpartisipasi dalam kegiatan yang dilakukan di lingkungannya. Hal tersebut akan membawanya pada kualitas hidup yang lebih baik.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Laxmi (2016) menunjukkan bahwa adanya penerimaan diri baik secara fisik, psikis dan sosialnya. Dimana lansia sangat terbuka menceritakan masa lalu dan keadaan yang lansia alami saat ini dengan senang hati dan penuh dengan senyuman, sehingga penerimaan diri pada lansia baik. Lansia yang hidupnya bermakna adalah yang menerima dirinya serta mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi masa tua. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan lebih merasakan kepuasan dan kebahagiaan secara psikologis didalam dirinya. Hal ini sesuai dengan yang disebutkan oleh Karni, (2018), bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis memiliki kondisi psikologis yang baik. Selain itu, kesejahteraan psikologis dapat menimbulkan sikap emosi yang positif dan kebahagiaan. Berdasarkan hal tersebut dapat dilihat bahwa kesejahteraan psikologis membawa individu ke dalam kondisi psikologis yang positif dan sehat. Lansia yang merasakan bahwa dirinya gagal dalam menggapai

sebuah harapan, maka mereka akan merasa putus asa sehingga muncul kekecewaan dan ketidakbahagiaan.

Berdasarkan hasil analisis kuesioner yang memiliki nilai terendah terdapat pada pernyataan -Dari agama, saya mengetahui apa tujuan akhir dari semua hal yang saya lakukan di dunia ini yang termasuk kedalam tujuan hidup dengan nilai *mean* 3,19 *SD* 1,20. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian lansia memiliki keinginan untuk melanjutkan kehidupannya kearah yang lebih baik dan memiliki sesuatu yang dibanggakan atas pengalaman masa lalunya. Individu dianggap baik menurut dimensi tujuan hidup apabila individu tersebut memiliki kepercayaan yang dapat memberinya arti dan tujuan hidup, memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidup yang dijalannya, merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalani

Menurut Ryff & Singer (2008), individu yang positif pasti memiliki tujuan, kehendak, dan merasa hidupnya terarah pada tujuan tertentu, yang memberikan kontribusi pada perasaan bahwa hidupnya berarti. Individu yang memiliki tujuan hidup yang baik dikatakan memiliki tujuan hidup dan arah kehidupan, merasa memiliki arti tersendiri dari pengalaman hidup masa kini dan masa lalu, percaya pada belief tertentu yang memberikan arah hidupnya serta memiliki cita-cita atau tujuan hidupnya. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian dimana sebagian lansia kurang memiliki tujuan hidup hanya memiliki sedikit keinginan dan cita-cita saja, kurang memiliki arah kehidupan yang jelas dan tidak melihat pengalamannya di masa lalu serta tidak memiliki bakat yang menjadikannya lebih berarti.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Laxmi (2016) menunjukkan bahwa tujuan hidup pada lansia adalah kematian. Namun kenyataannya, kematian adalah hal yang lansia anggap sebagai hal harus mereka hadapi, sehingga lansia lebih kepada taat dan menjalankan perintah agama seperti shalat tepat waktu dan berdzikir, lansia mengatakan hanya amal shaleh yang dapat mereka bawa ketika meninggal nanti.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan-pembatasan agar lebih fokus pada variabel yang diteliti. Namun demikian, pada saat pelaksanaannya terdapat kesulitan dan keterbatasan penelitian, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Dalam melakukan penelitian, peneliti mengalami kesulitan pada saat pengambilan data dikarenakan penelitian ini dilakukan saat pandemi COVID-19, sehingga peneliti diharuskan menerapkan *physical distancing*, harus menggunakan masker dan menjaga jarak. Adanya penerapan *physical distancing*, sehingga peneliti mengalami keterbatasan dan kesulitan dalam menjelaskan maksud dan tujuan dan cara mengisi kuesioner isi kuesioner kepada para responden karena ada beberapa lansia yang sudah mengalami permasalahan di indera pendengaran sehingga tidak dapat mendengar dengan baik.
2. Peneliti tidak melakukan penelitian tentang faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well being*, sementara permasalahan ini banyak hal yang dapat mempengaruhinya baik faktor internal maupun eksternal, sehingga peneliti mengalami keterbatasan dalam membahas permasalahan tersebut.