

***Successful Aging of Elderly People in Low Economic Status Who are Still Working and it is Related to Daily Activities and Hardiness***

Journal **PSIKODIMENSIA**  
Volume 18, No. 1, Januari – Juni 2019  
ISSN cetak : 1411-6073  
ISSN online : 2579-6321  
DOI 10.24167/psidim.v18i1.1714

**Felizarda Menezes Amaral, Christiana Hari, Soetjiningsih**

Universitas Kristen Satya Wacana,  
email : felizardaamaral25@gmail.com  
soetji\_25@yahoo.co.id

**ABSTRACT**

*Raising the age of life expectancy has its impact on the increasing number of elderly people, and it is expected that they can achieve successful aging including those who are in low economic status and still working. The aim of this quantitative research is to examine the effect of daily activities and hardiness simultaneously toward successful aging of elderly people in low economic status who are still working. The research participants were 120 elderly people who lived in Central Java (Salatiga, Semarang, Surakarta, Magelang, Pekalongan, and Tegal) with the characteristic aged of 60 and over, communicative, and they were willing to be participants. The sampling technique used was purposive sampling. The data was obtained using Daily Activity Scale, Hardiness Scale and Successful Aging Scale. This data was analyzed using statistical techniques of multiple linear regression, with the results of  $F = 45,329$  and a significant value of  $0.00$  ( $p < 0.05$ ) which means that there is an effect of simultaneous daily activities and hardiness on successful aging. The higher the daily activities and hardiness, the higher the success of aging and vice versa. The effective contribution of the two variables to successful aging was 43,7 percent and 56,3 percent was influenced by other variables.*

**Keywords:** *Elderly, successful aging, daily activities, hardines*

**PENDAHULUAN**

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas (Azizah, 2011). Di Indonesia batasan usia lanjut adalah 60 tahun ke atas sesuai dengan UU No.13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Usia Lanjut. Orang lanjut usia (lansia) adalah individu yang berada di akhir tahapan kehidupan manusia, yang mana proses involusi/kemunduran lebih dominan terjadi daripada evolusi/kemajuan (Soetjiningsih, 2018).

Data berbagai survei menunjukkan Indonesia masuk dalam

lima negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak di dunia. Indonesia menjadi salah satu negara dengan populasi penduduk struktur tua karena persentase jumlah lansia telah mencapai di atas 7 % dari total penduduk. Pada tahun 2015 penduduk lansia berjumlah 21,5 juta dan dalam dua dekade jumlahnya dapat berlipat menjadi 48,2 juta atau satu dari enam penduduk di Indonesia adalah lansia (Kompas, 2017). Jawa Tengah merupakan salah satu dari banyak tiga propinsi (Yogyakarta, Jawa Tengah, dan Jawa Timur) yang memiliki lansia terbanyak di Indonesia (BPS, 2015), sehingga fokus penelitian ini

adalah lansia yang berdomisili di Jawa Tengah.

Peningkatan usia harapan hidup berdampak pada peningkatan jumlah lansia. Agar lansia yang berjumlah banyak ini tidak menjadi beban bagi keluarga, masyarakat di lingkungannya, dan negara maka dibutuhkan upaya pemeliharaan, pemberdayaan, dan peningkatan kesehatan dalam rangka mencapai masa tua yang sehat, bahagia, berguna daya dan produktif (Marliani, 2015). Meningkatnya usia harapan hidup manusia juga menjadi salah satu indikator dalam keberhasilan pencapaian pembangunan manusia secara global dan nasional, yang apabila hal ini tidak diantisipasi oleh pemerintah dan program pembangunan, akan berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan lansia secara individu, keluarga, dan masyarakat, misalnya pada aspek kesehatan, fisik, psikologis, sosial dan ekonomi (Kuswardani, 2009). Oleh karena itu, saat ini paradigma yang harus dianut adalah lansia harus mencapai *successful aging* yaitu lansia harus tetap sehat, aktif, dan produktif agar lansia tidak menjadi beban bagi keluarga, masyarakat, dan negara. Dengan kemajuan di bidang kedokteran, teknologi, dan disiplin ilmu lain; saat ini sangat memungkinkan bagi lansia untuk mencapai masa tua yang berhasil atau sukses.

*Successful aging* adalah suatu kondisi dimana seorang lansia tidak hanya berumur panjang tetapi juga dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial (Suardiman, 2011). Menurut Rowe dan Kahn yang kemudian di revisi Crowther dkk. (2002), *successful aging* memiliki empat karakteristik yaitu 1) meminimalisir risiko munculnya berbagai penyakit dan akibat yang berhubungan dengan penyakit tersebut, 2) mengelola secara

baik fungsi-fungsi fisik dan kognitif, 3) keterlibatan aktif dalam kegiatan-kegiatan social, dan 4) *positive spiritually*, yaitu adanya keinginan tulus untuk meningkatkan kesejahteraan sesama serta mampu berdamai dan menerima keadaan dirinya.

*Successful aging* tidak tercapai dengan begitu saja karena ada berbagai faktor yang memengaruhi. Berbagai perubahan pada masa tua yang berkaitan dengan fisik, kognitif, sosio-emosi yang dialami oleh lansia dapat mengakibatkan munculnya masalah-masalah fisik, psikis, sosial ekonomi yang memengaruhi pencapaian *successful aging*-nya (Soetjningsih, 2018). Faktor lain yang memengaruhi adalah usia, kesehatan, kontak sosial, aktivitas fisik sehari-hari, fungsi kognitif, dan kepuasan hidup ( Depp & Jeste, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Harvard Medical School (dalam Suardiman, 2011) melaporkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi *successful aging* yaitu: 1) adanya optimisme, harapan, dan minat terhadap masa depan, 2) kesediaan untuk berterimakasih dan pemaaf, serta kemampuan untuk memfokuskan diri pada apa yang baik dalam hidup, 3) empati yaitu kemampuan untuk merasakan apa yang dialami atau dirasakan orang lain dan melihat dunia melalui pandangan mereka, 4) memiliki kemampuan untuk berinteraksi secara baik dengan orang lain, memberi dan menerima dukungan sosial.

Faktor lain yang juga memengaruhi pencapaian *successful aging* yaitu aktivitas sehari-hari dan *hardiness*. Aktivitas sehari-hari merupakan kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh lansia setiap harinya (Martika, 2012). Aktivitas sehari-hari (*activity of daily living*) menurut Lawton (dalam Graf, 2008) merupakan aktivitas yang lebih kompleks namun mendasar bagi situasi kehidupan dalam

bersosialisasi seperti kemampuan menggunakan telepon, belanja, persiapan makan, pekerjaan rumah tangga, mencuci, menggunakan transportasi, tanggung jawab untuk obat sendiri, serta kemampuan menangani keuangan.

*Hardiness* merupakan karakteristik pribadi tahan banting, yang kompleks, yang mencakup tiga aspek yaitu tantangan, kontrol dan komitmen. Komitmen, kontrol, dan tantangan diasumsikan sebagai satu gabungan yang menengahi efek stres dengan mengubah persepsi situasi dengan mengurangi tekanan peristiwa kehidupan yang penuh stres (dalam Hasanvand, 2013).

Menurut Kobasa aspek-aspek *hardiness* meliputi komitmen, kontrol, dan tantangan (Kalantar et al., 2013): 1). Komitmen (commitment), merupakan kemampuan untuk terlibat dalam aktivitas apapun yang harus dihadapinya, serta memiliki keyakinan bahwa hidupnya memiliki makna dan tujuan. 2). Kontrol (control), merupakan kecenderungan untuk percaya bahwa apapun yang dilakukan oleh individu, serta hal-hal tidak terduga yang terjadi pada dirinya akan memberikan pengaruh pada individu itu sendiri maupun orang lain yang ada di sekitarnya. 3). Tantangan (challenge), merupakan kepercayaan untuk mampu merubah dan melihat suatu permasalahan bukan sebagai suatu ancaman atau hal yang tidak dapat diatasi melainkan suatu peluang atau kesempatan untuk dapat tumbuh dan berkembang. Kobasa (dalam Mahmudah, 2009) mengungkapkan bahwa individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki beberapa karakter: a) memiliki komitmen terhadap aktivitas dan hubungan dengan diri mereka dan mengakui adanya perbedaan nilai, tujuan, dan prioritas dalam hidup, b) percaya bahwa mereka mampu melakukan kontrol atau memberi pengaruh terhadap peristiwa yang

terjadi, c) memandang perubahan sebagai tantangan, kesempatan daripada sebuah ancaman. Lecci (dalam Mahmudah, 2009) menyatakan bahwa individu dengan *hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat suatu keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai suatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna sehingga individu yang memiliki kepribadian *hardiness* akan berkompetisi dalam bekerja. Peran kepribadian dalam hal ini adalah mempengaruhi perilaku dan kognisi individu dalam mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan tertentu, termasuk pula perilaku dan usaha individu ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas sehingga mencapai hasil yang diinginkan.

Riset sebelumnya yang dilakukan oleh Cyrillus (2008) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *hardiness* dan kesejahteraan lansia. Individu dengan tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi mampu mewujudkan kesejahteraan psikologis meskipun dihadapkan dengan peristiwa-peristiwa yang sulit di masa lansia. Menurut Hasanvand (2013) individu dengan *hardiness* yang rendah akan lebih rentan terhadap faktor-faktor yang berbahaya dalam waktu jangka panjang. Sementara orang-orang dengan sifat tahan yang tinggi memiliki keamanan alami terhadap faktor stres. Sifat kuat atau tahan adalah kemampuan untuk memahami kondisi eksternal dan keputusan yang diinginkan dalam meningkatkan kualitas diri (dalam Hasanvand, 2013).

Berdasarkan penelusuran penulis pada beberapa jurnal, riset-riset sebelumnya tentang lansia Indonesia sudah cukup banyak dilakukan, namun untuk topik *successful aging* pada lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja dan kaitannya dengan aktivitas

sehari-hari dan *hardiness* belum banyak dibahas. Padahal semua lansia dengan kondisi masing-masing yang beragam diharapkan dapat mencapai *successful aging*. Riset-riset sebelumnya banyak yang bersifat parsial dan dengan partisipan yang berbeda. Seperti penelitian Cyrillus (2008) tentang hubungan antara *hardiness* dan kesejahteraan lansia. Kemudian penelitian Napitupulu (2015) tentang hubungan aktivitas sehari-hari dan *successful aging* pada lansia. Riset Vance, Struzick, dan Masten (2008) tentang *hardiness, successful aging, and hiv: implications for social work*.

Banyak kriteria yang diusulkan untuk seorang lanjut usia (lansia) agar dapat dikatakan sebagai lansia yang berhasil, hal ini dapat dilihat dari berbagai sudut pandang, misalnya: fungsi jantung, kemampuan kognitif, kesehatan mental dan adapula yang menyebutkan kriteria tersebut dari produktivitas dan kondisi ekonomi (Suardiman, 2011).

Pada kenyataannya, masih cukup banyak lansia yang status ekonominya rendah sehingga di masa tuanya masih harus bekerja keras untuk mencari nafkah. Data BPS tahun 2015 menunjukkan lansia yang berperan sebagai pencari nafkah sebanyak 50,89% dan pada tahun 2016 berkurang beberapa persen menjadi 50,19%, sedangkan yang masih berkedudukan sebagai kepala rumah tangga menurut data BPS 2015 sebanyak 59,52% dan meningkat menjadi 61,13% pada tahun 2016 (BPS, 2016).

Pada umumnya bagi lansia, usia lanjut merupakan usia untuk beristirahat dari beban mencari nafkah. Namun pada kenyataannya masih banyak lansia yang terpaksa masih bekerja mencari nafkah, bahkan tidak hanya untuk dirinya namun juga masih menanggung beban untuk mencukupi kebutuhan keluarganya. Di usia lanjut aspek ekonomi khususnya bagi lansia status ekonomi rendah

merupakan salah satu aspek penting dalam memengaruhi pencapaian *successful aging*.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan penulis, sebagian lansia memilih untuk tetap bekerja karena kondisi ekonomi keluarga yang kurang. Ada lansia yang menyatakan bahwa yang diharapkannya adalah kondisi fisik tetap sehat agar bisa mencari uang yang walaupun sedikit tetapi setidaknya keluarganya bisa makan. Lansia lainnya menyatakan bahwa di usianya yang sudah lansia ia masih harus bekerja serabutan kesana kemari dengan pendapatan tidak sesuai diinginkan karena tidak mencukupi kebutuhan keluarga. Pekerjaan yang dilakukan a.l. berjualan kue, berjualan kerupuk, berjualan keripik singkong dan berjualan sembako di pasar/lingkungan sekitar,. Selain itu ada lansia membuka warung kecil-kecilan di rumahnya, berjualan sembako di pasar, dan bekerja sebagai pembantu rumah tangga, berjualan pakaian lewat media *online*, berjualan kue tradisional melalui via *whatsapp*, membuka warung, bekerja sebagai: nelayan, pembantu rumah tangga, tukang cuci keliling, tukang urut keliling, bekerja di tempat mebel berjualan es batu dan es buah. Sebagian besar melakukan usahanya sepanjang hari, sehingga kurang aktif dalam mengikuti kegiatan-kegiatan di lingkungannya, juga kurang aktif mengikuti kegiatan keagamaan. Dengan kondisi yang demikian, merupakan hal yang tidak mudah bagi lansia dengan status ekonomi rendah untuk mencapai *successful aging*.

Suardiman (2011) mengemukakan bahwa dengan bekerja seseorang dapat memenuhi kebutuhan fisik seperti sandang, pangan, dan papan., dan dengan bekerja juga akan memenuhi kebutuhan akan rasa aman, tentram, dan kepastian tentang hari-hari yang akan datang. Dalam aktivitasnya bekerja juga memungkinkan berinteraksi dengan

orang lain yang dapat menimbulkan rasa senang dan tidak kesepian.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh aktivitas sehari-hari dan *hardiness* secara simultan terhadap *successful aging* lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja ?. Tujuan penelitian yaitu untuk menentukan aktivitas sehari-hari dan *hardiness* sebagai prediktor *successful aging*. Hipotesis penelitian yaitu ada pengaruh signifikan aktivitas sehari-hari dan *hardiness* secara simultan terhadap *successful aging* pada lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Partisipan dalam penelitian ini yaitu lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja mencari nafkah, berdomisili di 6 kota di Jawa Tengah dengan jumlah 120 orang (Salatiga, Semarang, Surakarta, Magelang, Pekalongan, dan Tegal, dengan jumlah 20 orang). Karakteristik partisipan yang diteliti yaitu lansia usia 60 tahun ke atas, komunikatif, dan bersedia untuk menjadi partisipan penelitian.

Data diungkap dengan menggunakan 3 skala psikologis yaitu: 1) Skala *Successful Aging* yang disusun oleh penulis dengan mengacu pada konsep *successful aging* dari Rowe dan Kahn (Crowther dkk., 2002). Sesudah dilakukan analisis aitem maka sesuai *blue print* diperoleh 10 aitem ( skor 0,365 - 0,855) yang memiliki daya diskriminasi yang baik ( $\geq 0,30$ ) dan koefisien reliabilitas alpha Cronbach sebesar 0,875 yang artinya bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang baik, 2) Skala Aktivitas Sehari-hari, dimodifikasi dari Skala *Activities of Daily Living* dari Lawton (dalam Graf,

2008). Sesudah analisis aitem diperoleh 10 aitem yang memiliki daya diskriminasi yang baik (skor 0,312 – 0,757) dan koefisien reliabilitas sebesar 0,864 yang berarti skala memiliki reliabilitas yang baik, 3) Skala *Hardiness* yang disusun oleh Bartone yang mengacu pada konsep *hardiness* Kobasa (dalam Kalantar dkk., 2013). Sesudah analisis aitem diperoleh 10 aitem (skor 0,441 – 0,812) dengan daya diskriminasi yang baik dan koefisien reliabilitas sebesar 0,893 yang berarti alat ukur ini layak dipakai.

Selanjutnya dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan linieritas. Analisis data menggunakan teknik statistik regresi linear berganda. Semua perhitungan dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 20.0.

## HASIL

Dalam menentukan tingkat aktivitas sehari-hari, *hardiness*, dan *successful aging* lansia digunakan skor hipotetik dengan 3 kategori yaitu rendah ( $10 \leq X < 20$ ), sedang ( $20 \leq X < 30$ ) dan tinggi ( $30 \leq X \leq 40$ ). Dengan jumlah subjek 120 orang, diperoleh jumlah subjek kategori rendah adalah 110. Dapat dinyatakan bahwa sebagian besar partisipan (91,7%) *successful aging* berada pada kategori rendah.

Demikian pula dalam hal aktivitas sehari-hari diperoleh hasil bahwa sebagian besar partisipan (112 orang atau 93,3%), tingkat aktivitas sehari-harinya berada pada kategori rendah. Dalam hal *Hardiness*, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar partisipan (86,7%) memiliki *hardiness* berada pada kategori rendah.

Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebaran data semua variabel berdistribusi normal. Untuk aktivitas sehari-hari memiliki nilai KSZ sebesar 1,199 dengan nilai signifikansi 0,113 ( $p > 0,05$ ), *hardiness* nilai KSZ sebesar 1,129 dengan nilai signifikansi sebesar

0,156 ( $p > 0,05$ ), dan *successful aging* memiliki nilai KSZ sebesar 1,163 dengan nilai signifikansi sebesar 0,133 ( $p > 0,05$ ).

Hasil uji linearitas dengan analisis varians antara *successful aging* dan aktivitas sehari-hari menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,025 ( $p < 0,05$ ), dan antara *successful aging* dan *hardiness* menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa *successful aging* dan aktivitas, serta *successful aging* dan *hardiness* memiliki hubungan linear.

Hasil menunjukkan nilai *tolerance* sebesar 0,958 dan nilai VIF sebesar 1,043 yang berarti tidak ada efek multikolinearitas antar variabel ( $1 < VIF < 10$ ).

Observasi terhadap grafik untuk uji heterokedastisitas menunjukkan titik-titik menyebar dan tidak membentuk pola yang jelas sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas.

Hasil perhitungan menunjukkan nilai F sebesar 45,329 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang bermakna ada pengaruh signifikan aktivitas sehari-hari dan *hardiness* secara simultan terhadap *successful* pada lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja, yang berarti hipotesis penelitian diterima. Hasil perhitungan koefisien determinasi sebesar 43,7 yang menunjukkan bahwa aktivitas sehari-hari dan *hardiness* memberikan sumbangan sebesar 43,7 persen terhadap *successful aging*, sedangkan sisanya sebesar 56,3 persen dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara simultan ada pengaruh signifikan aktivitas sehari-hari dan *hardiness* terhadap *successful aging* pada lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja, yang bermakna bahwa

aktivitas sehari-hari dan *hardiness* secara simultan sebagai prediktor *successful aging*. Semakin tinggi aktivitas sehari-hari dan *hardiness* maka semakin tinggi *successful aging*, dan sebaliknya makin rendah aktivitas sehari-hari dan *hardiness* maka makin rendah pula *successful aging*nya.

Adanya pengaruh signifikan aktivitas sehari-hari dan *hardiness* secara simultan terhadap *successful aging* pada lansia status ekonomi rendah yang masih bekerja berarti makin tinggi aktivitas sehari-hari dan *hardiness* maka makin tinggi *successful aging*, dan sebaliknya makin rendah aktivitas sehari-hari dan *hardiness* maka makin rendah pula *successful aging*nya. Hal ini dapat dijelaskan dengan melihat kondisi partisipan. Dari analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki *successful aging* pada kategori rendah. Dalam penelitian ini partisipan adalah lansia dengan status ekonomi rendah yang masih bekerja. Jenis pekerjaan para lansia ini bukanlah pekerjaan dengan penghasilan yang besar dan sebagian partisipan menyatakan bahwa pada masa tua sebaiknya seorang yang sudah lansia tidak lagi harus bekerja mencari nafkah terlebih masih harus memenuhi kebutuhan keluarganya. Walaupun hal ini tidak berarti mereka tidak perlu bekerja lagi karena ada lansia yang mengatakan bahwa penting bagi lansia untuk dapat terus bekerja namun dengan penghasilan yang mencukupi. Pada kenyataannya, para lansia ini memperoleh penghasilan yang tidak besar karena memang jenis pekerjaan yang dilakukan bukanlah pekerjaan yang memberi upah besar.

Riset-riset sebelumnya menunjukkan kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang kuat dengan *successful aging*. Hasil penelitian Napitupulu (2015) menyatakan bahwa ada hubungan positif antara aktivitas sehari-hari dan *successful aging* pada

lansia. Semakin tinggi aktivitas sehari-hari yang dilakukan lansia maka *successful aging*nya akan semakin tinggi pula, dan sebaliknya. Demikian pula Suadirman (2011) menyatakan bahwa aktivitas/kegiatan adalah esensi hidup sepanjang hidup dan sepanjang umur. Lansia yang tetap aktif, mampu membina hubungan sosial dengan lingkungan secara baik, mampu menjaga kesehatan fisiknya, mendapatkan dukungan untuk dirinya baik dari keluarga maupun dari lingkungan, serta dapat memposisikan dirinya dengan baik dalam menghadapi fase lanjut usianya dan terlibat aktif dalam berbagai macam aktivitas sehingga memberikan kontribusi dan kepuasan bagi dirinya, akan membawa individu tersebut menuju usia lanjut berhasil (*successful aging*).

Selaras dengan penelitian ini, riset Cyrillus (2008) juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara *hardiness* dan kesejahteraan lansia. Lansia dengan tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi mampu mewujudkan kesejahteraan psikologis meskipun dihadapkan dengan peristiwa-peristiwa yang sulit di masa lansia. Individu dengan *control*, *commitment* dan *challenge* yang tinggi, menjadi tahan banting ketika berhadapan dengan masa – masa yang sulit di masa lansia. Riset yang dilakukan Hasanvand dkk. (2013) juga menunjukkan bahwa orang yang memiliki ketahanan yang rendah akan lebih rentan terhadap faktor-faktor yang berbahaya dalam waktu jangka panjang. Sementara individu-individu dengan ketahanan yang tinggi memiliki keamanan alami terhadap faktor stres. Sifat kuat atau tahan adalah kemampuan untuk memahami kondisi eksternal dan keputusan yang diinginkan dalam meningkatkan kualitas diri (Hasanvand dkk., 2013).

*Successful aging* pada lanjut usia yang terpenuhi dapat dilihat dari faktor-

faktor seperti: a) otonomi (kemandirian), b) keuangan dan status sosial, c) kebermaknaan hidup, dan d) aktualisasi diri. Kriteria lansia yang mencapai *successful aging* dapat diketahui antara lain memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi, memiliki integritas pribadi yang tinggi, mampu mempertahankan sistem dukungan sosial yang masih berarti, memiliki kondisi fisik dan mental yang sehat, memiliki keamanan finansial, serta mampu mengendalikan kehidupannya sendiri sehingga dapat menentukan nasibnya sendiri dan tidak banyak bergantung pada orang lain (Widiasari & Nuryoto. 2010).

Selaras dengan pendapat Widiasari dan Nuryoto (2010), hasil wawancara penulis dengan partisipan menunjukkan bahwa salah satu faktor yang menunjang tercapainya *successful aging* yaitu memiliki keamanan finansial. Oleh karena faktor tersebut, lansia mengatakan bahwa dengan usia yang sudah tua yang mana waktunya untuk istirahat dan menikmati hari tua, harus mengubur keinginan tersebut karena harus bekerja untuk memenuhi ebutuhan hidupnya dan juga keluarganya. Selain itu sebagian lansia mengemukakan bahwa lansia belum dapat dikatakan mencapai *successful aging*/lansia yang berhasil karena kondisi ekonomi yang masih kurang, belum tercapainya tujuan hidup, dan juga kondisi kesehatan fisik yang terganggu karena mungkin merupakan efek dari umur dan jenis pekerjaan, a.l. memiliki penyakit gula, kolesterol, asam urat, jantung dan kemampuan kognitif yang sudah mulai berkurang karena dimensia.

*Successful aging* dicapai ketika seseorang mencapai tujuan yang diinginkan dengan bermartabat dan mandiri (Guralnik, 2008; Mayo, 2008 dalam Santrock, 2013). Problem-problem psikologis dapat yang muncul karena kebutuhan yang tidak atau belum terpenuhi mungkin muncul pada lansia

dengan status ekonomi rendah yang masih bekerja. Kondisi ini juga dapat menghambat dicapainya *successful aging* karena dengan kondisi demikian lansia kurang dapat terlibat pada berbagai kegiatan sosial di lingkungannya maupun kegiatan-kegiatan keagamaan. Kurangnya keterlibatan individu pada berbagai kegiatan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya sehingga lansia kurang mencapai *successful aging*.

### SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh aktivitas sehari-hari dan *hardiness* secara simultan terhadap *successful aging* pada lansia dengan status ekonomi rendah dan yang masih bekerja. Artinya semakin tinggi aktivitas sehari-hari dan *hardiness* maka semakin tinggi *successful aging*, dan sebaliknya semakin rendah aktivitas sehari-hari dan *hardiness* semakin rendah pula *successful aging*nya. Sumbangan efektif aktivitas sehari-hari dan *hardiness* terhadap *successful aging* sebesar 43,7%, sedangkan sisanya 56,3% dipengaruhi oleh variabel lain.

Saran bagi keluarga, Keluarga diharapkan dapat mendukung dan memfasilitasi agar lansia meningkatkan aktivitas sehari-hari dan *hardiness*nya.

Saran bagi lansia diharapkan melatih diri untuk *memiliki aktivitas sehari-hari yang positif dan hardiness* untuk mencapai *successful aging*.

Saran bagi Pemerintah, hasil penelitian dapat digunakan sebagai landasan pembuatan kebijakan untuk kesejahteraan lansia Indonesia khususnya pada lansia dengan status ekonomi rendah.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada para lansia di Jawa Tengah (Semarang, Salatiga, Surakarta, Magelang, Tegal, dan Pekalongan) yang menjadi partisipan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP), Dinas Kesatuan Bangsa dan Politik (Kesbangpol) Jawa Tengah, serta Kesbangpol masing-masing kota dengan dikeluarkannya surat izin penelitian.

### SPONSOR

Penelitian ini merupakan Penelitian Hibah Pascasarjana 2018 yang didanai oleh DRPM- Kemenristek Dikti Republik Indonesia

### DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi. Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. (2016). *Profil Lansia Jawa Tengah 2016*. Semarang: BPS Jawa Tengah.
- Budiarti, R. (2010). *Faktor-faktor successful aging*. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Crowther, M.R., Parker, M.R., Achenbaum, W.A., Koenig, H.G. (2002). Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: positive spirituality-the forgotten factor. *The Gerontologist*, 42(5), 613-620.
- Cyryllus, G. L. (2008). *Hubungan Hardiness dan Kesejahteraan Psikologi pada Lansia*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

- Deep, C., & Jeste, D. (2006). Predictors of successful aging. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 14, 6-20.
- Detik. (2011). *Ini Dia 5 Provinsi dengan Jumlah Lansia Paling Banyak*. Diunduh dari: <https://health.detik.com/read>
- Graf, C. (2008). The Lawton Instrumental od daily living scale. *American Journal Nurs*, 108(4), 52-62.
- Hasanvand, B., Khaledian, M., Hassanpour, Sohrab. (2013). The relationship of psychological hardiness with workaholism. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 5, 1-9.
- Inayah, V.N. (2017). *Gambaran tentang Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari – hari di Posbindu Desa SindangJawa Kabupaten Cirebon*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. Diunduh dari: <http://repository.uinjkt.ac.id>.
- Kalantar, J., Khedri, L., Nikbakht, A. (2013). Effect of psychological hardiness training. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(3), 68-73.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 168–177.
- Kompas. (2017). *Siapa yang Hadapi Lonjakan Lansia Penduduk Indonesia Mulai Menua*. 29 Mei 2017, h.14.
- Lawton. (1969). *Research, planning and action for the elderly*. New York: Behavioral Publications
- Kuswardani. (2009). *Gambaran Peran Keluarga Terhadap Perilaku Hidup Sehat lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Darussalam Kecamatan Medan Petisah*. Skripsi. Diunduh dari: <http://repository.usu.ac.id>
- Mahmudah, I. (2009). Perbedaan Ketangguhan Pribadi (Hardiness) antara Siswa dan Siswi di Sekolah Menengah Pertama Rawan Abrasi. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 11(2), 47-59.
- Marliani, R. (2015). *Psikologi perkembangan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Martika, A. (2012). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemampuan Aktivitas Dasar Lansia di Puskesmas Kedungkati Kabupaten Grobogan. *Skripsi*. Semarang: Universitas Muhammadiyah.
- Napitupulu, Y.M.N. (2015). *Hubungan aktivitas sehari-hari dan successful aging pada lansia*. Malang: Universitas Brawijaya
- Santrock, J.W. (2013). *Life span development Perkembangan masa hidup*. Texas, Dalas: McGraw-Hill
- Setjningsih, C.H. (2018). *Psikologi orang lanjut usia*. Salatiga: Tisara Grafika Press.
- Suardiman, S. (2011). *Psikologi usia lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Vance, D.E., Struzick, T.C., Masten, J. (2008). Hardiness, Successful Aging, and HIV: Implications for Social Work. *Journal Gerontology Social Work*, 51(3/4):260-283.
- Widiasari, Y., & Nuryoto. S. (2010). Dinamika psikologis pencapaian successful aging pada lansia yang mengikuti Program Yandu Lansia. *Psycho Idea* . 8(1), 38-52