

The Influence of Social Support and Self Esteem on Subjective Well-Being in Elderly of Pamona Utara Sub-District Poso Regency

Journal **PSIKODIMENSIA**
Volume 18, No. 1, Januari – Juni 2019
ISSN cetak : 1411-6073
ISSN online : 2579-6321
DOI 10.24167/psidim.v18i1.1789

Sry Pegiantri Tolewo, Yari Kurnaningsih;
Adi Setiawan
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
email : tolewopheggy@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the simultaneous influence of social support and self esteem on subjective well-being in the elderly in Pamona Utara sub-district, Poso regency. The sample in the study was 100 people and the sampling technique used was cluster sampling technique. Data collection was carried out using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), Self Esteem Scale (SES), Satisfaction with Life Scale (SWLS) and Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). Data analysis technique uses multiple linear regression. From the results of data analysis obtained the value of $F = 24.815$ with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and $R^2 = 0.338$ which means that social support and self esteem simultaneously affect subjective well-being and are significant. DS and SE together contribute 33.8% to SWB while the rest are influenced by other factors.

Keywords : *social support, self esteem, subjective well-being*

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak awal kehidupan. Menurut Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2005, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai 60 tahun ke atas. Penduduk lansia bertambah dengan pesat baik di Negara berkembang maupun Negara maju. Berdasarkan data proyeksi penduduk (Kemenkes, 2017), diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan

tahun 2035 (48,19 juta). Selain itu juga, di provinsi Sulawesi Tengah juga terjadi peningkatan yaitu 196.962 jiwa tahun 2014 menjadi 200.121 jiwa tahun 2015 (BPS Sulteng, 2015). Berdasarkan data tersebut, nampak bahwa semakin banyak jumlah penduduk lansia setiap tahunnya. Meningkatnya populasi lansia ditandai dengan usia harapan hidup yang semakin meningkat dari tahun ke tahun. Meningkatnya jumlah penduduk lansia menimbulkan masalah terutama dari segi kesehatan dan kesejahteraan lansia. Masalah tersebut jika tidak ditangani akan berkembang menjadi masalah yang kompleks. Untuk mengantisipasi adanya kemungkinan buruk yang terjadi, maka perlu memberdayakan lansia. Salah satu upaya untuk memberdayakan lansia agar

menjadi individu yang sehat, lebih produktif dan mandiri, lansia perlu memenuhi *subjective well-being*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa lansia sebagian besar mengungkapkan bahwa merasa tidak berdaya karena tidak produktif lagi sehingga tidak mampu lagi untuk melakukan banyak hal, merasa tidak berharga karena perubahan-perubahan fisik yang tidak aktif lagi seperti masa mudanya, ada juga yang merasa kesepian akibat kurangnya komunikasi dan kurangnya perhatian dari keluarga dikarenakan sibuk dengan pekerjaannya masing-masing, sehingga membuat lansia menjalani hidupnya sebagai seorang yang dianggap lemah, tidak bisa menjadi produktif lagi dan perannya dalam kehidupan sosial dan kemasyarakatan berkurang dan secara emosional kurang terlibat. Namun, ada juga lansia yang masih aktif khususnya dalam persekutuan lansia dan kegiatan lansia baik itu yang diprogramkan oleh pihak pemerintah dan pihak gereja.

Diener, Lucas & Oishi (2009) menjelaskan, *subjective well-being* didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang dari kehidupannya. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional terhadap peristiwa serta penilaian kognitif tentang kepuasan dan pemenuhan. Seseorang dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi jika merasakan banyak emosi yang menyenangkan dan sedikit emosi yang tidak menyenangkan, terlibat dalam kegiatan yang dianggap menarik, serta merasa puas dengan kehidupannya. Faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Salah satu faktor tersebut adalah *self esteem*. Dari berbagai permasalahan pada lansia tanpa disadari membawa dampak buruk pada kondisi psikologi lansia. Kondisi inilah yang akan menunjukkan

self-esteem pada lansia, apakah rendah atau bahkan tinggi. Orang yang memiliki *self esteem* yang tinggi dapat merasakan bahwa dirinya baik, hal ini akan mempengaruhi bagaimana berinteraksi dengan lingkungan, bangga dengan apa yang dilakukannya, sebaliknya orang yang memiliki *self esteem* yang rendah merasakan orang lain tidak ada yang menyukainya, orang lain tidak dapat menerima dirinya dan ia merasa bahwa dirinya tidak dapat melakukan sesuatu hal dengan baik. Faktor yang mempengaruhi juga yaitu dukungan sosial, Suardiman (2011) mengungkapkan bahwa secara psikologis, lansia akan merasa bahagia apabila mendapatkan dukungan sosial yang membuat lansia merasa nyaman, tenang, dan damai dalam menjalani kehidupannya. Penelitian ini menjadi ketertarikan penulis, sehingga peneliti akan menguji ketiga variabel tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, bahwa dapat ditarik suatu rumusan masalah apakah terdapat pengaruh dukungan sosial dan *self esteem* secara simultan terhadap *subjective-well being* pada lanjut usia di Kecamatan Pamona Utara Kabupaten Poso ?. Mengacu pada rumusan masalah, maka tujuan penelitian untuk menguji pengaruh dukungan sosial dan *self esteem* secara simultan pada lanjut usia di kecamatan Pamona Utara Kabupaten Poso. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh dukungan sosial dan *self esteem* secara simultan terhadap *subjective well being* pada lansia

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan uji analisis regresi berganda. Tujuan dilakukan uji analisis tersebut adalah untuk menguji pengaruh beberapa variabel independen terhadap variabel dependen. Adapun variabel

independen dalam penelitian ini meliputi dukungan sosial dan *self esteem*. Sedangkan variabel dependen adalah *subjective well-being*.

Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *cluster sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di kecamatan Pamona Utara. Sedangkan total sampel adalah 100 orang lansia. Adapun pertimbangan sampel dalam penelitian ini yaitu meliputi kriteria-kriteria : (1) Usia 60 tahun ke-atas; (2) Tinggal bersama keluarga; (3) Memiliki pendengaran yang baik; (4) Mengerti dan mampu merespon skala psikologi; (5) Tidak memiliki penyakit kronis, contohnya antara lain penyakit Alzheimer, Hipertensi, Stroke dan Diabetes.

Penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) oleh Zimet, Dahlem, Zimet & Farley (dalam Osman, *et al*, 2014), skala *self esteem* menggunakan *Self Esteem Scale* (SES) oleh Rosenberg (dalam Ndima, 2017) dan *subjective well-being* menggunakan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) oleh Diener, Emmons, Larsen, dan Griffin (dalam Oladipo & Balogun, 2012) dan skala *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) oleh Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A (dalam de Carvalho, *et al*, 2013).

HASIL

Hasil uji asumsi diperoleh uji normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov Z skala Dukungan Sosial sebesar 0,875 dengan dengan nilai signifikansi sebesar 0,428 ($p > 0,05$), skala *Self Esteem* sebesar 1,143 dengan nilai signifikansi sebesar 0,147 ($p > 0,05$) dan skala *Subjective well-being* sebesar 0,916 dengan signifikansi sebesar 0,371 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data

berdistribusi normal. Hasil uji linieritas antara Dukungan Sosial dan *Subjective Well-Being* didapatkan F sebesar 18,070 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 sedangkan pada tabel 4.6, untuk *Self Esteem* dan *Subjective Well-Being* didapatkan nilai F sebesar 47,495 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *self esteem* memiliki hubungan yang linier dengan *Subjective Well-Being*. Hasil uji multikolinieritas didapatkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas antara dukungan sosial dan sel esteem sebagai variabel independen dengan nilai tolerance $0,796 \geq 0,10$ dan VIF $1,257 \leq 10$. Hasil perhitungan heteroskedastisitas variabel dukungan sosial memiliki nilai signifikansi $0,096 < 0,05$ dan variabel *self esteem* sebesar $0,000 < 0,05$. Jadi dapat disimpulkan bahwa terjadi heteroskedastisitas dalam pengujian.

Hasil analisis data diperoleh nilai R secara simultan antara dukungan sosial dan *self esteem* terhadap *subjective well-being* adalah sebesar 0,528 dan nilai $F = 24,815$ dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh secara simultan antara dukungan sosial dan *self esteem* terhadap *subjective well-being* dan diperoleh juga bahwa nilai R Square sebesar 0,338 yang berarti bahwa dukungan sosial dan *self esteem* secara bersama-sama berkontribusi sebesar 33,8% pada *subjective well-being* sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Gambaran sumbangan efektif masing-masing variabel independen menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 5,9% sedangkan *self esteem* memberikan pengaruh sebesar 27,9%. Hasil ini menunjukkan bahwa sumbangan *self esteem* lebih besar terhadap *subjective well-being*.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis data secara simultan antara dukungan sosial dan *self esteem* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial dan *self esteem* secara bersama-sama terhadap *subjective well-being*. Dari hasil statistik menunjukkan nilai F hitung sebesar 24.815 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa hipotesis awal pada penelitian ini diterima bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial dan memiliki *self esteem* yang tinggi akan mempengaruhi *subjective well-being*. Kedua variabel tersebut memiliki kontribusi terhadap *subjective well-being* sebesar 33,8% dan sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Jadi, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan *self esteem* maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada lansia. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial dan *self esteem* maka semakin rendah pula *subjective well-being* pada lansia.

Diener dan Seligman (2002) menyatakan dukungan sosial merupakan prediktor *subjective well being*. Orang – orang yang memperoleh dukungan sosial yang memuaskan melaporkan bahwa lebih sering merasa bahagia dan lebih sedikit merasakan kesedihan. Hal ini karena pemikiran bahwa individu memiliki tempat bersandar ketika mereka membutuhkan akan membuat individu merasa nyaman dan hal ini akan berkontribusi pada afek positif yang dirasakan individu. Tingginya afek positif yang dirasakan individu menunjukkan tingginya *subjective well-being* yang dimiliki individu tersebut. Dari pengujian korelasi diketahui bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being* pada lansia. Sumbangan efektif dukungan sosial

sebesar 5,9%. Selanjutnya, diketahui juga bahwa *self esteem* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being*. Lansia yang memiliki *self esteem* yang tinggi membuat seseorang memiliki beberapa kelebihan termasuk pemahaman mengenai arti dan nilai hidup. Dari pengujian korelasi diketahui bahwa *self esteem* memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being* pada lansia. Dari hasil data juga didapatkan bahwa rata-rata subjek memiliki tingkat *self esteem* yang sedang. Sumbangan efektif *self esteem* sebesar 27,9%. Oleh sebab itu, ada beberapa pengaruh yang menyebabkan dukungan sosial dan *self esteem* secara simultan terhadap *subjective well-being* di Kecamatan Pamona Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan *self esteem* antara *subjective well-being* dan dalam penelitian ini *self esteem* memiliki pengaruh lebih besar terhadap *subjective well-being* daripada dukungan sosial. Hal tersebut dikarenakan sebagian besar lansia menganggap bahwa *self esteem* berpengaruh pada kehidupan sehari-harinya dan memiliki peran yang tinggi bagi lansia baik di lingkungan keluarga maupun di lingkungan masyarakat. Pandangan lansia tentang dirinya akan dipengaruhi oleh bagaimana lansia mengartikan pandangan orang lain tentang dirinya.

Dalam hal ini lansia di kecamatan Pamona Utara sebagian besar menilai dirinya sendiri positif. Penilaian positif itu juga dapat menimbulkan afek positif yang tinggi sehingga lansia akan lebih merasakan perasaan menyenangkan dibandingkan perasaan tidak menyenangkan karena merasa lebih bangga dengan dirinya dan kehidupan di masa tuanya. Ketika lansia menilai dirinya positif, maka lansia tersebut dapat mengembangkan *self esteem* yang tinggi dimana dapat dilihat dari lansia yang

menerima dirinya, memandang dirinya secara positif dan dapat menyesuaikan diri pada keadaan yang dihadapinya setiap hari. *Self esteem* berperan penting pada diri seseorang dengan memiliki *self esteem* yang tinggi membuat individu dapat mengembangkan dirinya sehingga dapat merasakan kepuasan hidup. Seseorang yang merasakan kepuasan hidup maka akan tercipta kesejahteraan yang menimbulkan afek atau perasaan positif dan mengurangi afek atau perasaan negatif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lubis (2011) menemukan bahwa semakin tinggi harga diri semakin tinggi juga *subjective well-being*. Lansia dalam penelitian ini sebagian besar memiliki *self esteem* yang tinggi meskipun saat memasuki masa lansia sudah mengalami penurunan-penurunan fisik pada masa itu, namun tetap memiliki sikap positif dalam melakukan penilaian terhadap diri sendirinya, percaya diri dalam menghadapi lingkungan sekitarnya. Selain itu juga, penelitian lain Pardhy, Rana, & Mishra (2010) menemukan bahwa *self esteem* mempengaruhi *subjective well-being* bahkan *self esteem* merupakan faktor terpenting dalam meningkatkan *subjective well-being*. Pendapat lain yang mendukung dari Rosenberg dalam Perera (2001) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan mencoba mengembangkan potensi dirinya seoptimal mungkin sampai batas kemampuan dirinya.

Hal ini di dukung juga oleh penelitian Kang Sun-kyung (2011) diperoleh bahwa lansia yang masih aktif mendapatkan dampak positif pada peningkatan kesejahteraan individu lansia, dimana lansia masih selalu berhubungan dengan masyarakat yang beragam tingkat usianya. Lansia dalam penelitian ini sebagian besar masih aktif, mereka

mengakui bahwa mereka masih merasa kuat. Perasaan kuat tersebutlah yang menunjang mereka untuk tetap melakukan aktivitas seperti biasa karena sebagian besar partisipan masih produktif, misalnya pergi ke kebun, membantu pekerjaan di rumah, jualan di warung, aktif berorganisasi, dll. Hal tersebut membuat lansia masih merasa berguna di usia lanjut, sehingga sebagian besar subjek berada pada tingkat emosi positif yang tinggi. Dalam hal ini lansia di kecamatan Pamona Utara memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan lingkungan sekitarnya, sehingga hal tersebut membuat *subjective well-being* lansia meningkat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

Terdapat pengaruh simultan antara Dukungan Sosial dan *Self Esteem* terhadap *Subjective Well-Being* pada lansia di Kecamatan Pamona Utara.

Terdapat pengaruh dan hubungan positif antara Dukungan Sosial dan *Subjective Well-Being*. Hasil menunjukkan Dukungan Sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 5,9% terhadap *Subjective Well-Being*.

Terdapat pengaruh dan hubungan positif antara *Self Esteem* dan *Subjective Well-Being*. Hasil menunjukkan *Self Esteem* memberikan sumbangan efektif sebesar 27,9% terhadap *Subjective Well-Being*.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran yaitu :
Bagi Subjek Penelitian

Lansia agar lebih sering berinteraksi dengan anggota keluarga, teman dan masyarakat supaya lansia tidak merasa terasingkan. Sehingga lansia dapat merasa tenang, tentram dan mampu

mengoptimalkan dirinya untuk tetap berperan aktif dalam kehidupan sosial. Lansia agar lebih memperbanyak mengikuti kegiatan-kegiatan seperti *workshop*/pelatihan *self esteem* khusus untuk lansia yang diadakan baik itu dari pemerintah maupun masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan *self esteem*.

Bagi Keluarga

Keluarga lebih memberikan perhatian kepada lansia supaya lansia merasa diperhatikan dan tidak merasa diasingkan. Keluarga juga memberikan dukungan supaya lansia merasa tetap produktif dalam menjalani masa tuanya.

Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat membantu lansia dalam mengatasi masalah-masalah yang dihadapi dengan memberikan dukungan sosial agar lansia lebih diperhatikan. Masyarakat lebih menghargai keberadaan dan menghormati lansia supaya lansia merasa bahwa dirinya berguna dan berharga bagi lingkungan sekitarnya khususnya dalam bermasyarakat.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang memengaruhi *Subjective Well-Being*. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menggunakan metode penelitian lain baik kualitatif ataupun metode campuran kuantitatif dan kualitatif untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam sehingga hasil penelitian lebih maksimal lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Oladipo. S.E., Balogun S.K. (2012). *How Suitable is The Satisfaction With Life Scale For Use On Adolescents In Nigeria?*. Science Journal of Psychology. (No.22766278) doi: https://www.researchgate.net/publication/277739499_How_Suitable_is_the_Satisfaction_with_Life_Scale_For_Use_On_Adolescents_in_Nigeria

Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Tengah. (2015). Jumlah populasi lansia di Sulawesi Tengah. Sulawesi Tengah : BPS Sulteng.

Diener, E. R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). *The Satisfaction with Life Scale*. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Diener, E., & Seligman, M. E. (2002). *Very Happy People*. *Psychological Science*, 13, 81-84.

Diener, E., Oishi, S. and Lucas, R.E. (2009) *Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction*, 63-73. doi:https://greatergood.berkeley.edu/images/application_uploads/Diener-Subjective_Well-Being.pdf.

De Carvalho. W.H., *et al.* (2013). *Structural validity and reliability of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Evidence from a large Brazilian community sample*. *Revista Brasileira Psiquiatria*. doi: https://www.researchgate.net/publication/254261472_Structural_validity_and_reliability_of_the_Positive_and_Negative_Affect_Schedule_PANAS_Evidence_from_a_large_Brazilian_community_sample

- Kang Sun-kyung. (2011). *Effects of Social Activities and Religion /Spirituality on Well-Being in Life among the Korean Elderly*, Research - supported by Sogang University, Grant (No. 20091106).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Analisis Lansia Di Indonesia. doi:<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/lain-lain/Analisis%20Lansia%20Indonesia%202017.pdf>.
- Lubis, BR. H.S. (2011). Hubungan *Self Esteem* dengan *Subjective Well Being* Karyawan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Skripsi : Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Ndima, V.L.N. (2017). *The dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) wit South African University Students*. MA Research Psychology. Faculty Of Humanites: University Of Pretoria. doi: <https://repository.up.ac.za/handle/2263/61369>
- Osman, A., Lamis. A.D., Freedenthal. S., Gutierrez. M.P., Cassil-McNaughton.M. (2014). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support: Analyses of Internal Reliability, Measurement Invariance, and Correlates Across Gender*. Journal of Personality Assessment, 96:1, 103-112. doi: https://www.researchgate.net/publication/257348234_The_Multidimensional_Scale_of_Perceived_Social_Support_Analyses_of_Internal_Reliability_Measurement_Invariance_and_Correlates_Across_Gender
- Perera, K. (2001). *Self-Esteem is the Key*.
- Pardhy, M., Rana, S., Mishra, M. (2010). *Self Esteem and Subjective Wellbeing: Correlates of Academic Achievement of Students*. The International Journal's: Research Journal of Science & Management.
- Suardiman, S. (2011). Psikologi Usia Lanjut. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.