

BENTUK-BENTUK PRODUKTIVITAS ORANG LANJUT USIA (LANSIA)

Santi Sulandari¹
Dicka Martyastanti²
Ridma Mutaqwarohmah³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract. *Old age is regarded as the decline period, a period in which older people feel that there are many decreases happened to them both physic and psychis . Older people pass and mean their age in different way. There is the older people who can understand the meaning of their life in human existention, that it is as a age when they can have a chance to develop and a wiill for doing something that meaningfull for others. This research has purpose to describe what older people do in their age so they can reach a productive life and to describe the reasons why the older people choose to have an active and productive life. To get data that needed for this research, we used quisioner and interview. Based on the result in collecting data by guisioner, there is 57,5% subject that come with an active and productive life. The prosentase of women is 39,1% and men is 60,9%. The older people who are active and productive, 100% feel happy with the life that they passed. and who are not active, 52% feel enjoy their life. Based on the data analysis, can be conclude that 1. Older people join the activity in their society and always active with activities that can improve their physic and psychis health, 2. The reasons why the older people join so many activities in their age are because they think that by workin, it can make them be health and can share their experient to motivate young generation so that they can reach achivement that proudfull, and the older people want to help the others so theirlife can meaningfull.*

Keywords : *Older people, productive, life choice*

Abstrak. *Usia tua dipandang sebagai masa kemunduran, masa dimana para orang lanjut usia (lansia) merasakan penurunan-penurunan yang terjadi pada dirinya baik secara fisik dan psikologis. Para lansia menjalani dan memaknai usia lanjut dengan cara yang berbeda-beda. Ada orang berusia lanjut yang mampu melihat arti penting usia tua dalam konteks eksistensi manusia, yaitu sebagai masa hidup yang memberi lansia kesempatan-kesempatan untuk tumbuh berkembang dan memiliki keinginan untuk melakukan sesuatu atau berarti untuk orang lain. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu mengkaji hal-hal yang dilakukan lansia sehingga mencapai kehidupan yang produktif dan memaparkan alasan-alasan lansia memilih untuk menjalani hidup yang aktif dan produktif. Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini maka digunakan angket dan wawancara. Berdasarkan hasil pengumpulan data menggunakan angket maka dapat diketahui bahwa sebesar 57,5% subjek penelitian menjalani hidup yang aktif dan produktif. 39,1% diantaranya perempuan dan 60,9% laki-laki. Lansia yang tergolong aktif dan produktif 100% dari mereka menyatakan bahwa mereka merasa senang dengan kehidupan yang dijalannya saat ini. Sedangkan yang tergolong tidak atau kurang produktif, hanya 52% dari mereka yang menikmati hidupnya saat ini. Berdasarkan analisis data diperoleh kesimpulan bahwa 1. lansia mengikuti kegiatan di lingkungan tempat tinggalnya dan selalu aktif dengan kegiatan yang meningkatkan kesehatan fisik dan mentalnya, 2. alasan lansia masih melakukan kegiatan atau aktivitas tersebut adalah karena lansia menganggap bahwa dengan bekerja akan membuat dirinya sehat dan menyumbangkan pengalaman yang dimilikinya untuk memotivasi para generasi penerus agar mencapai prestasi yang membanggakan, serta ingin mengabdikan diri dengan sesama dan membantu sesama yang membutuhkan untuk memanfaatkan usianya yang sudah lanjut agar masih bermanfaat untuk orang lain.*

Kata kunci: *lansia, produktif, pilihan hidup*



lanjut usia (lansia) merupakan periode akhir dari rentang kehidupan manusia. Menghadapi periode ini sebagian lansia melewati hidupnya bersama keluarga, ada juga yang hidup sendiri karena pasangan hidup mereka sudah meninggal atau juga tidak punya sanak saudara sama sekali. Melewati masa ini, lansia memiliki kesempatan untuk berkembang mencapai pribadi yang lebih baik dan semakin matang. Lansia masih dapat mengembangkan diri dan berkreasi sesuai dengan minat mereka. Lansia dapat melakukan sesuatu yang berarti untuk diri mereka sendiri dan orang lain.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, pada Bab I menjelaskan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Nugraheni, 2005). Secara lebih rinci menurut Setyonegoro (dalam Subhankadir, 2007) pengelompokan lansia sebagai berikut: lansia (*geriatric age*) lebih dari 65 tahun atau 70 tahun, *young old* (70-75 tahun), *old* (75-80 tahun), *very old* (lebih dari 80).

Saat ini Indonesia memasuki era penduduk berstruktur lansia (*aging structured population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7,18 %. Provinsi yang mempunyai jumlah penduduk lansia sebanyak 7 % adalah di pulau Jawa dan Bali. Peningkatan jumlah penduduk lansia ini antara lain disebabkan karena: 1. tingkat sosial ekonomi masyarakat yang meningkat, 2. kemajuan dibidang pelayanan kesehatan, 3. tingkat pengetahuan masyarakat yang meningkat (Deputi I menkokesra, 2008).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2004 menunjukkan bahwa penduduk orang lanjut usia (60 tahun keatas) cenderung meningkat (Harry, 2007). Sekarang ini Indonesia menempati peringkat keempat dunia dalam hal jumlah penduduk berusia lanjut setelah Cina, India, dan Amerika Serikat. Tahun

2000, jumlah penduduk lansia di Indonesia adalah 17.767.709 orang atau 7,97 % dari jumlah penduduk Indonesia. Diprediksikan pada tahun 2010 jumlah orang lansia meningkat menjadi 9,58 % dan pada tahun 2020 meningkat sebesar 11,20 %. Peningkatan populasi orang lansia diikuti pula berbagai persoalan-persoalan bagi orang lansia itu sendiri (Mariani & Kadir, 2007).

Problematika yang dihadapi orang-orang yang telah lansia sangat khas. Mereka mengalami mengalami penurunan kondisi fisik dan juga masalah psikologis. Pada usia lanjut, seseorang tidak hanya harus menjaga kesehatan fisik tetapi juga menjaga agar kondisi mentalnya dapat menghadapi perubahan-perubahan yang mereka alami (Nugraheni, 2005).

Masyarakat sekarang ini menganggap bahwa lansia itu hanya dapat berada dalam rumah, menikmati hari-harinya dengan hanya bersantai saja tanpa melakukan aktifitas apapun padahal disisi lain kita dapat menemukan fenomena-fenomena dimana lansia dalam menjalani masa-masanya dapat tetap produktif dan berguna bagi orang lain.

Usia tua dipandang sebagai masa kemunduran, masa dimana para lansia merasakan penurunan-penurunan yang terjadi pada dirinya baik secara fisik dan psikologis. Sebagian lansia masih memandang usia tua dengan sikap yang menunjukkan keputusasaan, pasif, lemah dan tergantung dengan sanak saudara. Lansia tersebut kurang berusaha untuk mengembangkan diri sehingga lansia semakin cepat mengalami kemunduran baik jasmani maupun mental. Disisi lain pandangan ini tidak berarti bahwa kelompok lansia adalah kelompok orang yang homogen. Para lansia menjalani dan memaknai usia lanjut dengan cara yang berbeda-beda. Ada orang berusia lanjut yang mampu melihat arti penting usia tua dalam konteks eksistensi manusia, yaitu sebagai masa hidup yang memberi lansia kesempatan-kesempatan untuk tumbuh berkembang dan memiliki keinginan untuk melakukan sesuatu atau berarti untuk orang lain.

Dalam teori perkembangan yang diungkapkan Erickson (dalam Monks, dkk, 2004) bahwa lansia berada pada fase Integritas ego *versus* putus asa. Lansia yang berhasil melewati fase ini akan mengalami Integritas diri yaitu menjadi lansia yang berarti untuk orang lain, merasa menjadi bagian dari tata aturan yang ada di masyarakat, cinta pada sesama manusia dan ikut menciptakan keteraturan dunia. Lansia yang mencapai Integritas ego bersifat bijaksana dalam hidupnya. Berdasarkan fase ini lansia dalam mengalami perkembangan hidupnya dapat menjadi lebih matang dan bijaksana. Mereka lebih dapat menganalisa segala hal dengan mengkaitkan gejala-gejala yang ada. Di masyarakat Jawa orang yang lebih tua biasanya akan lebih dihormati dan diminta pendapatnya atas sesuatu kejadian (nasehat) karena di anggap lebih berpengalaman dan “mumpuni”. Kondisi yang seperti itu dapat dimanfaatkan lansia untuk dapat berperan aktif di masyarakat dan menyumbangkan ide-idenya atau gagasan yang dapat bermanfaat bagi lingkungan sekitarnya.

Lansia seperti diatas lebih memilih mengisi hidupnya dengan suatu kegiatan yang positif bagi masyarakat. Hal ini didukung oleh data bahwa di Surabaya terdapat kelompok paguyuban lansia yang memfasilitasi pelayanan kesehatan masyarakat melalui posyandu. Para lansia ini juga membuka warung dan minuman kesehatan yang hasil keuntungannya digunakan untuk kesejahteraan lansia (Rahmawati, 2008). Salah satu contoh lansia yang produktif juga terdapat di UMS, Arif (68 tahun) ia masih melakukan kegiatan-kegiatan berarti seperti mengajar bahkan aktif dalam kelompok pengajian yang melakukan dakwah hingga daerah Tuban. Hal tersebut menunjukkan bahwa dirinya masih dapat produktif dengan mengambil peran di masyarakat di usianya yang sudah lanjut.

Masa tua atau usia lanjut merupakan suatu periode penutup dalam rentang kehidupan, yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari

periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Usia 60 tahun dipandang sebagai garis pemisah antara usia madya dengan usia lanjut. Usia 65 tahun sebagai usia pensiun dalam berbagai urusan dan dianggap sebagai tanda dimulainya usia lanjut. (Hurlock, 1999)

Menurut Fromm, Produktif adalah berfungsi sepenuhnya, mengaktualisasikan diri, mencintai, keterbukaan dan mengalami. Jadi produktif itu tidak hanya menghasilkan sesuatu seperti barang-barang material, karya-karya seni atau ide-ide (Schultz, 1991).

Sutomo (dalam Anoraga, 1995) mengatakan bahwa produktivitas mengandung pengertian yang berkenaan dengan konsep ekonomis, filosofis dan sistem. Konsep ekonomis, produktivitas berkenaan dengan usaha atau kegiatan manusia untuk menghasilkan barang atau jasa untuk pemenuhan kebutuhan hidup manusia dan masyarakat pada umumnya. Konsep filosofis, produktivitas mengandung pandangan hidup dan sikap mental yang berusaha untuk meningkatkan mutu kehidupan dimana keadaan hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan mutu kehidupan hari esok harus lebih baik dari hari ini. Hal inilah yang memberikan dorongan untuk berusaha dan mengembangkan diri. Konsep sistem, memberikan pedoman pemikiran bahwa pencapaian suatu tujuan harus ada kerjasama atau keterpaduan dari unsur-unsur yang relevan sebagai sistem.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa di usia lanjut, lansia masih dapat hidup produktif, bahkan memberikan manfaat bagi masyarakat. Penelitian ini sangat perlu dilakukan mengingat adanya sejumlah bukti bahwa lansia dapat hidup produktif, berkembang dan berarti untuk orang lain.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut: 1) Bagaimana lansia menjalani hidup yang produktif?, dan 2) Mengapa sebagian lansia memilih untuk menjalani hidup yang aktif dan produktif?

METODE PENELITIAN

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan istilah subjek penelitian, yaitu sampel penelitian yang mengisi angket dan informan penelitian yaitu sampel penelitian yang diwawancarai. Subjek dalam penelitian ini adalah lansia atau individu yang berusia lebih dari 60 tahun. Sebanyak 40 subjek penelitian diberikan angket untuk memperoleh data statistik yang kemudian berdasarkan hasil statistik tersebut akan diambil tiga informan penelitian yaitu lansia yang masih produktif atau memiliki peran di masyarakat untuk diwawancarai. Metode pengambilan sampel dengan cara menetapkan kriteria informan yang akan diteliti terlebih dahulu. Karakteristik informan penelitian adalah: a) lansia b) usia informan berkisar antara 60-80 tahun, c) masih produktif atau memiliki peran di masyarakat.

Penelitian ini berlokasi di wilayah karisidenan Surakarta. Waktu penelitian dilakukan selama 3 bulan. Penelitian ini dalam memperoleh data yang diperlukan menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan Kuantitatif dengan menggunakan angket untuk diisi oleh subjek penelitian. Sedangkan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode wawancara.

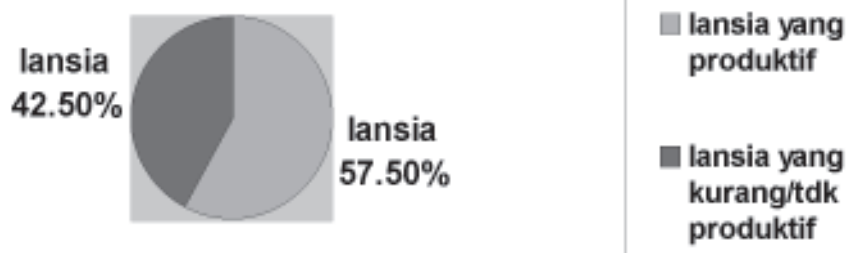
Tahap pertama, pengumpulan data dengan menggunakan angket, dalam hal ini, peneliti membuat pertanyaan-pertanyaan mengenai diri subjek sehingga dapat diketahui tentang produktivitas dan aktivitas subjek sehari-hari. Hasil dari pengumpulan data dengan menggunakan angket tersebut, peneliti dapat menentukan 3 subjek yang akan dijadikan sebagai informan penelitian. Untuk menggali data yang mendalam tentang informan maka peneliti melakukan wawancara dengan ketiga informan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data menggunakan angket maka dapat diketahui bahwa sebesar 57,5% subjek penelitian menjalani hidup yang aktif dan produktif. 39,1% diantaranya perempuan dan 60,9% laki-laki. Lansia yang tergolong aktif dan produktif, 100% dari mereka menyatakan bahwa mereka merasa senang dengan kehidupan yang dijalannya saat ini. Sedangkan yang tergolong tidak atau kurang produktif, hanya 52% dari mereka yang menikmati hidupnya saat ini.

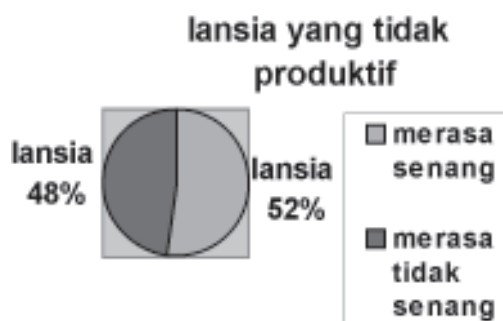
Bagan 1. *Prosentase lansia yang produktif dan tidak/kurang produktif*

Prosentase lansia yang produktif



Bagan 2. Prosentase lansia yang produktif berdasarkan jenis kelamin**Bagan 3.** Prosentase merasa senang akan hidup yang dijalani pada lansia yang produktif

lansia yang produktif

**Bagan 4.** Prosentase merasa senang akan hidup yang dijalani pada lansia yang tidak/kurang produktif**Karakteristik informan penelitian.**

Karakteristik informan dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian

No	Keterangan	Informan I	Informan II	Informan III
1.	Nama (Inisial)	TKD	I GD	TH
2.	Jenis kelamin	Laki-laki	Laki-laki	Perempuan
3.	Usia	62 tahun	62 tahun	72 tahun
4.	Pendidikan terakhir	SMA	D2 pendidikan	SMA
5.	Status	Duda	Menikah	Janda

6.	Agama	Islam	Hindu	Islam
7.	Pekerjaan	Supervisor pertanian wilayah Jawa Tengah Selatan	Guru tidak tetap Di sekolah pelayaran	Kegiatan di panti
8.	Kegiatan di masyarakat	Pengajian, Protokol, Khutbah	Ketua perkumpulan pensiunan	Mengabdikan diri di panti
9.	Hobi	Membaca info di media cetak	Berolahraga	Membantu orang lain

Hal-hal yang dilakukan lansia sehingga mencapai kehidupan yang produktif

Kegiatan yang dilakukan lansia sehingga mencapai kehidupan yang produktif dalam penelitian ini dapat dikategorikan dalam tiga kategori, antara lain:

1. **Pekerjaan utama.** Informan I setelah pensiun dari pekerjaannya (PNS) diangkat menjadi seorang supervisor pertanian. Sebagai supervisor pertanian tugas informan adalah membantu dan memberi bimbingan teknis tentang petanian serta memberikan bantuan benih padi secara cuma-cuma. Informan II setelah pensiun dari pekerjaannya sebagai TNI AD, informan mengabdikan diri menjadi guru tidak tetap di sekolah pelayaran yang ada di kartasura. Informan III, informan tinggal di panti dan tidak mempunyai pekerjaan yang dapat menghasilkan *income*. Meskipun tidak mempunyai pekerjaan yang menghasilkan uang tetapi informan memiliki aktivitas-aktivitas di panti yang dapat membuatnya produktif dan menikmati masa lanjutnya sebagai individu yang berarti dan berguna untuk orang lain.
2. **Kegiatan di masyarakat atau di lingkungan tempat tinggal.** Kegiatan yang dilakukan ketiga informan di masyarakat atau dilingkungan tempat tinggalnya bermacam-macam. Namun, mempunyai tujuan yang sama yaitu mengabdikan diri pada lingkungan masyarakat atau lingkungan

tempat tinggalnya. Informan I masih aktif mengikuti kegiatan perkumpulan yang ada di RT nya, aktif dalam kegiatan takmir masjid, ikut berperan menjadi panitia dalam hajatan yang ada di masyarakat, menjadi protkol apabila ada kegiatan di masyarakat, dan memimpin doa dalam pernikahan. Di masyarakat, informan II masih aktif sebagai pengurus pensiunan purnawirawan TNI AD wilayah Pabelan dan Mendungan dengan 23 anggota yang berperan sebagai ketua, menjadi pengurus RW dan berperan sebagai petugas keamanan yang menjaga lingkungan tempat tinggalnya, dan menjadi anggota perkumpulan lansia yang dilaksanakan setiap sebulan sekali dengan kegiatan olahraga bersama dan cek kesehatan bersama. Informan III, selama tinggal di panti memiliki kegiatan membantu di dapur panti, petugas di pemeriksaan kesehatan panti, bertugas piket jaga di panti pada hari rabu dan mengikuti semua kegiatan di panti (Apel pagi, olahraga, pembinaan agama dan kerja bakti). Kegiatan-kegiatan tersebut dilakukan informan dengan senang hati untuk dapat berarti dan berguna.

3. **Kegiatan di waktu luang.** Ketiga informan selalu memanfaatkan waktu luang yang dimilikinya untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat menurutnya. Apabila ada waktu luang, Informan I melakukan kegiatan antara lain membersihkan halaman rumah dan

menyiram tanaman, membaca koran/ majalah/ buku agama, beribadah dan berdoa serta membaca tuntunan agama. Informan II mengisi waktu luang dengan kegiatan seperti merawat kebun (menyiram kebun/tanaman), sepeda santai dan melihat pertandingan tenis. Informan III,

Alasan-alasan lansia memilih untuk menjalani hidup yang aktif dan produktif.

Alasan-alasan lansia memilih untuk menjalani hidup yang aktif dan produktif diatas yaitu:

1. **Pekerjaan utama.** Informan I menerima pekerjaan sebagai supervisor pertanian karena informan memandang bahwa dirinya masih mampu untuk melakukan pekerjaan yang dipercayakan oleh dirinya, dan Mempunyai prinsip bahwa orang itu harus berkembang dan harus bekerja yang menjadikan orang itu dapat hidup sehat jasmani dan rohani serta optimis dalam menjalani hidup. Sedangkan informan II menerima pekerjaan sebagai guru tidak tetap pada sekolah pelayaran di kartasura adalah bukan karena ingin mendapatkan finansial melainkan ingin menyumbangkan pengalaman yang dimilikinya untuk anak-anak muda dan memberikan motivasi pada anak-anak muda khususnya anak didiknya agar para penerus bangsa mempunyai prestasi yang dapat dibanggakan.
2. **Kegiatan di masyarakat atau di lingkungan tempat tinggal.** Informan masih aktif dalam kegiatan yang ada di masyarakat atau di lingkungan tempat tinggalnya karena hal itu dapat mendorong dirinya untuk lebih berani, percaya

diri, membantu sesama, dan terlibat di masyarakat tempat tinggalnya, serta sebagai darma bakti orang yang hidup di masyarakat (informan I). Informan II masih melakukan kegiatan yang ada di masyarakat atau lingkungan tempat tinggalnya karena informan memandang bahwa mempunyai pengalaman itu penting sehingga dapat mengukir prestasi yang membanggakan oleh karena itu informan II melakukan kegiatan di masyarakat agar mendapatkan pengalaman yang berharga untuk dirinya. Informan III merasa bahwa disisa hidupnya ingin dapat berarti dan berguna untuk orang lain dan sekitar. Saat tinggal di panti pun informan lebih banyak melakukan aktivitas untuk kepentingan bersama. Selain itu, informan ingin selaras dengan lingkungan dan dapat hidup sehat jasmani rohani dengan aktif dalam kegiatan.

3. **Kegiatan di waktu luang.** Saat ketiga informan mempunyai waktu luang, informan memanfaatkannya dengan berbagai aktifitas. Informan I melakukan aktivitas di waktu luang karena mempunyai motto bahwa halaman seorang muslim harus bersih sehingga informan I selalu membersihkan rumah dan halaman rumah ketika mempunyai waktu luang. Informan II, alasan melakukan kegiatan di waktu luang adalah karena informan II ingin menjaga kebugaran tubuh yang menjadikan sehat jasmani dan rohani serta menyalurkan hobinya yaitu berolahraga. Informan III melakukan kegiatan mengisi waktu luang karena merasa senang dapat bertukar cerita dan informasi dengan penghuni lain dan menjalin hubungan yang selaras dengan sekitar untuk bersosialisasi.

Tabel 2. Model lansia yang produktif pada informan

	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Aktivitas	- Supervisor pertanian	- Guru Tidak Tetap	- Membantu di dapur panti
Alasan	- Perkumpulan RT	- Ketua perkumpulan pensiunan	- Membantu memeriksa kesehatan
	- Takmir masjid	- Keamanan RW	- Petugas piket jaga
	- Panitia hajatan	- Merawat tanaman	- Mengikuti semua kegiatan di panti
	- Menjaga kebersihan rumah	- Bersepeda santai	- Berkumpul dengan teman
	- Membaca buku	- Melihat tenis	- Membersihkan kamar
	- Beribadah	- M e n y u m b a n g k a n pengalaman	- Sholat malam
	- Merasa masih mampu	- Memberikan motivasi	- Membaca buku
	- Bekerja membuat berkembang dan sehat	- Mencari pengalaman	- Berbakti & mengabdikan pada panti
	- Membuat lebih percaya diri dan bisa membantu masyarakat	- Menjaga kesehatan jasmani dan rohani	- Bisa bermanfaat
	- Sebagai darma bakti		- Dapat hidup sehat jasmani dan rohani
	- Rumah seorang muslim harus bersih		- Senang berbagi cerita
			- Menciptakan hubungan yang selaras

Sebagian besar masyarakat memandang bahwa di usia lanjut, individu menjadi menyusahkan orang sekitar dan tidak dapat berbuat banyak hal. Hal tersebut dikarenakan penurunan-penurunan kondisi fisik yang mereka alami. Namun berdasarkan penelitian ini dapat diberikan gambaran bahwa di masa lanjut, lansia masih dapat mengembangkan diri mereka dan berguna untuk sekitar. Keberadaan mereka pun tidak dianggap menyusahkan. Mereka dapat melakukan banyak hal seperti masih dapat bekerja (sesuai kemampuan dan kondisi) dengan pengalaman yang telah mereka dapatkan selama masih muda, tetap ikut aktif dalam kegiatan di masyarakat dan menjadikan waktu luang bermanfaat. Informan pun memaknai hidup mereka dengan kegiatan yang positif dan berguna untuk kepentingan bersama.

Lansia merasa bahwa dirinya harus tetap bergaul dengan sesama dan mengembangkan

hubungan. Kegiatan di masyarakat pun dirasa memiliki banyak manfaat untuk saling menambah informasi dan lebih memaknai hidup. Lansia juga masih melakukan olahraga untuk menjaga kondisi fisik mereka agar tetap sehat seperti anak muda sehingga tidak menjadi lansia yang malas-malasan. Selain itu untuk menjaga kesehatan rohani, para informan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan mereka dengan beribadah.

Berdasarkan hasil penelitian Suwanti (2004) yang berjudul "Hubungan antara Penerimaan Diri dan Hubungan Interpersonal Pada Lanjut usia". Diketahui bahwa lansia yang mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya dan menghargai apa yang ada pada dirinya sendiri akan mampu menerima orang lain apa adanya, menghargai orang lain sebagai pribadi yang unik sehingga mampu menerima perbedaan yang ada dalam lingkungan sosial masyarakat. Penerimaan diri sangat berkaitan dengan

penyesuaian diri seseorang sehingga secara otomatis akan berpengaruh terhadap hubungan interpersonal lansia dengan orang lain. Selanjutnya para lansia yang menikmati masa tuanya dengan tetap beraktivitas sesuai dengan kondisi fisiknya dan tetap berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya melalui kerja bakti, pengajian dan paguyuban-paguyuban yang diadakan di lingkungan tempat tinggalnya akan merasa dihargai, lebih semangat dan bergairah dalam hidupnya. Hal ini senada dengan hasil penelitian ini, bahwa informan yang melakukan kegiatan atau aktivitas mereka menjadi lebih bijaksana dalam menentukan segala sesuatunya dan mempunyai keinginan untuk membantu orang lain serta mengabdikan diri pada lingkungan sekitarnya. Selain itu, mereka juga merasa senang dengan kegiatan yang mereka lakukan walaupun sudah menjadi lansia. Aktivitas mereka juga mencakup pada pekerjaan, kegiatan kemasyarakatan dan pengembangan diri.

Monks, dkk (2004) juga menyatakan bahwa lansia mengalami perubahan-perubahan dalam fase kehidupannya. Fase menjadi tua merupakan fase yang produktif dan kreatif karena merupakan fase mendidik generasi muda dan bertingkah laku kreatif dalam mengembangkan kultur atau kebudayaan, hal ini merupakan salah satu wujud generativitas dan perilaku membangun. Hal ini senada dengan hasil penelitian ini, yaitu walaupun lansia mengalami penurunan kondisi fisik dan psikologis pada usia lanjut tetapi lansia bisa menyikapinya dengan menyeimbangkan kegiatan yang dapat menjaga kesehatan fisik dan psikologis seperti olah raga, membaca buku agama, membaca berita terbaru, beribadah, membantu orang disekitar dan beraktivitas atau bekerja sesuai dengan kemampuan masing-masing individu. Selain itu, lansia juga menyumbangkan pengalaman yang telah mereka peroleh kepada generasi muda agar generasi penerus

bangsa tersebut mempunyai motivasi untuk menciptakan prestasi.

Menurut Erickson, menjadi lansia memiliki dua kesempatan yaitu mencapai fase integritas ego atau justru putus asa. Lansia yang berhasil melewati fase ini akan mengalami integritas diri yaitu menjadi lansia yang berarti untuk orang lain, merasa menjadi bagian dari tata aturan yang ada di masyarakat, cinta pada sesama manusia dan ikut menciptakan keteraturan dunia. Lansia yang mencapai integritas ego bersifat bijaksana dalam hidupnya. Sebaliknya lansia yang tidak berhasil mencapai fase ini akan mengalami keputusasaan dan merasa tidak bermakna dalam hidupnya (Monks, dkk, 2004). Seperti halnya informan dalam penelitian ini, yang mampu mengembangkan diri mereka untuk bisa produktif dan kreatif menjalani hidupnya di masa lanjut dengan perilaku-perilaku yang membangun serta dapat memaknai hidup mereka.

Lansia tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan mereka sendiri namun juga dapat mengabdikan dan aktif dalam kegiatan kemasyarakatan sehingga dapat bermanfaat untuk lingkungan sekitarnya. Lansia mengaktualisasikan dirinya dengan memberikan penyuluhan pada masyarakat, menyumbangkan pengalaman yang didapatkannya untuk memberikan motivasi pada generasi penerus, dan membantu orang-orang disekitarnya. Hal tersebut senada dengan pendapat Fromm bahwa produktif adalah berfungsi sepenuhnya, mengaktualisasikan diri, mencintai, keterbukaan dan mengalami. Jadi produktif itu tidak hanya menghasilkan sesuatu seperti barang-barang material, karya-karya seni atau ide-ide (Schultz, 1991).

Di masa lanjut lansia masih dapat hidup produktif dengan cara yang mereka inginkan untuk terus menjadi pribadi yang semakin matang. Lansia

mempunyai kesempatan untuk dapat menentukan hidup yang akan mereka jalani di usia lanjut. Menjadi lansia yang produktif adalah sebuah pilihan bagi mereka untuk tetap berarti dan berguna dimanapun mereka berada.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dari penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Kegiatan yang masih diikuti oleh lansia pada usianya yang sudah lanjut adalah sebagai supervisor pertanian, guru tidak tetap di sekolah pelayaran, mengikuti kegiatan di lingkungan tempat tinggalnya dan selalu aktif dengan kegiatan yang meningkatkan kesehatan fisik dan mentalnya.
2. Alasan lansia masih melakukan kegiatan atau aktivitas tersebut adalah karena lansia menganggap bahwa dengan bekerja akan membuat dirinya sehat dan menyumbangkan pengalaman yang dimilikinya untuk memotivasi para generasi penerus agar mencapai prestasi yang membanggakan, serta ingin mengabdikan diri dengan sesama dan membantu sesama yang membutuhkan untuk memanfaatkan usianya yang sudah lanjut agar masih bermanfaat untuk orang lain.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka penulis dapat memberikan saran-saran, antara lain:

1. Bagi masyarakat khususnya lansia agar dapat lebih memahami bahwa di masa usia lanjut, lansia dapat melakukan hal-hal yang produktif dan bermanfaat bagi masyarakat.
2. Bagi orang-orang pada umumnya agar dapat mempersiapkan diri sebagai lansia yang produktif

sesuai dengan kemampuannya dan tetap berperan dalam masyarakat.

3. Bagi masyarakat luas agar dapat dijadikan pengetahuan tentang kegiatan yang dilakukan lansia dalam menjalani hidup yang produktif serta alasan-alasan lansia untuk memilih hidup produktif.

DAFTAR RUJUKAN

- Anoraga, P. (1995). *Psikologi Industri dan Sosial*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Deputi I Menkokesra. (2008). *Lansia Masa Kini dan Mendatang*. (online). (<http://www.menkokesra.go.id>, diakses pada 29 Agustus 2008). *Situs resmi kementerian koordinator bidang kesejahteraan rakyat*.
- Harry. (2007). *Departemen Kebudayaan dan Pariwisata Mendukung Program Wisata Lansia*. (online). (<http://www.Depbudpar.com>, diakses pada 9 September 2008).
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*. *Diterjemahkan oleh Isti Wijayanti dan Soejarno*. Jakarta: Erlangga.
- Kadir, S. (2007). *Ageing*. (online). (<http://subhankadir.wordpress.com>, diakses pada tanggal 1 September 2008).

- Mariani & Kadir, S. (2007). *Panti Werdha Sebuah Pilihan*. (online). (<http://subhankadir.wordpress.com/2007/08/20/>), diakses pada 20 Agustus 2008).
- Monks, F.J, Knoers, A.M.P, Haditomo, S.R. (2004). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nugraheni, S.D. (2005). *Hubungan antara Kecerdasan Ruhaniah dengan Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lanjut usia*. *Jurnal Ilmiah Psikologi INSIGHT* Th. II/ No. 2/ 2004, 80-89.
- Rahmawati, (2008). *Lansia Bina Kelompok Usaha Produktif*. (online). (<http://www.gemari.or.id/artikel/detail.php?id=439>), diakses pada 16 Agustus 2008).
- Schultz, D. (1991). *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogya: Kanisius.
- Suwarti. (2004). *Hubungan antara Penerimaan Diri dan Hubungan Interpersonal Pada Lanjut usia*. *Jurnal Ilmiah Psikologi INSIGHT* Th. II/ No. 2/ 2004, 80-89.