

Kontribusi *Trait* Kepribadian terhadap *Psychological Well-Being* pada Komunitas Lansia “X” di Kota Bandung

Juliyanti

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung

Abstract

The purpose of this study was to build mental awareness of the psychological well-being of the elderly in the elderly community "X" in the city of Bandung. The method used is a functional technique with convenience sampling technique. The measuring instrument of psychological well-being has a validity range from 0.332 to 0.851, trait personality from 0.319 to 0.814 and reliability testing with the results of psychological health measurements having a reliability range of 0.444 to 0.839, personality trait 0.461 to 0.564. This questionnaire was given to 81 elderly people.

Adjusting the analysis conducted in this study can be concluded that personality trait has a significant psychological well-being of 39.5%. Trait personality together has a significant psychological well-being of 21.2% in the elderly community "X" in the city of Bandung. Significant personality traits are neuroticism and extraversion.

Keywords: *elderly, psychological well-being, personality trait*

I. Pendahuluan

Keberhasilan pembangunan di Indonesia tidak dapat di pungkiri dapat meningkatkan angka harapan hidup penduduk Indonesia sehingga jumlah usia lanjut semakin meningkat dari tahun ke tahun (BPS, 2015). Peningkatan lansia terjadi juga di kota besar seperti Bandung yang jumlah penduduk lansia mencapai 11,2% dari jumlah penduduk kota Bandung. Melihat angka persentase lansia yang tinggi pemerintah kota Bandung merasa perlu lebih memperbaiki kualitas hidup dan lingkungan tempat lansia tinggal agar menjadi ramah lansia sehingga terbentuklah program “Minggu Lansia” yang merupakan hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh pemerintah kota Bandung demi mewujudkan kota ramah lansia (Nuryani, 2017) yang bertujuan untuk lebih memuliakan lansia. Salah satu isi dari program tersebut adalah mengajak keluarga dan komunitas lansia bekerja sama untuk mengajak lansia lebih produktif (Lansia News, 2017).

Meningkatnya angka harapan hidup, maka setiap manusia akan melewati berbagai tahapan perkembangan yang berbeda dalam hidupnya. Tahapan perkembangan yang terakhir

dalam hidup manusia adalah masa lansia. Tahap pertumbuhan dan perkembangan yang paling akhir ini disebut masa tua atau *late adulthood* (Santrock, 2006). Masa tua merupakan rentang kehidupan manusia yang paling panjang, dimulai dari usia 60 tahun ke atas. Santrock (2006) membagi *late adulthood* menjadi tiga tahap, yaitu *young old* (65—70 tahun), *old-old* (75—84 tahun), dan *oldest-old* (85 tahun ke atas).

Melalui wawancara dengan ketua bidang lansia kota Bandung didapatkan hasil jika Komunitas lansia “X” kota Bandung merupakan komunitas yang telah terpilih sebagai percontohan bagi komunitas lansia lainnya karena sudah beberapa kali menang dalam perlombaan kreativitas lansia yang diadakan oleh pemerintah tingkat daerah maupun kota, sehingga mudah untuk mendapatkan bantuan secara materi, sebagai contoh pemberian tanda kasih berupa makan siang setiap Jumat dari hotel di sekitar pemukiman, bekerja sama dengan “Dompot Dhuafa” untuk pelayanan kesehatan, memberikan buku bacaan melalui perpustakaan kota. Menurut hasil wawancara pada pengurus RW dan sukarelawan dikatakan bahwa sebagian besar lansia tidak aktif lansia cenderung pasif jika berkegiatan yang menyangkut penyuluhan atau seminar kesehatan dengan alasan merasa cepat bosan dan lelah, kemudian tidak akan memeriksakan dirinya ke “Posbindu” jika tidak di jemput, tidak tepat waktu jika melakukan kegiatan; senam lansia, pengajian, cenderung lansia mudah tersinggung jika sedang berdiskusi.

Ryff (dalam Ingersoll, 2004) mengungkapkan bahwa salah satu indikator penting dari keberhasilan penuaan adalah kesejahteraan psikologis, yaitu kekuatan dan kemampuan seseorang memasuki masa tua. Salah satu aspek psikologis penting yang dapat mendukung kesehatan dan produktivitas lansia adalah *psychological well-being* (Howell, Kern, dan Lyubomirsky, 2007). Menurut Ryff dan Singer (2003), kesejahteraan psikologis atau yang umum disebut *psychological well-being* adalah suatu kondisi dimana individu memiliki persepsi yang kaya pengalaman hidup dan keberhasilannya dalam mengatasi tantangan dan kesulitan yang mungkin muncul. *Psychological well-being* merupakan penilaian individu berdasarkan evaluasi terhadap pengalaman di masa hidupnya, tidak hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi juga individu mempunyai kemampuan untuk dapat menerima diri apa adanya (*self-acceptance*), menjalin hubungan hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), mampu untuk memutuskan dan menentukan tindakan sendiri (*autonomy*), mampu mengontrol lingkungan eksternal (*environment mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), mampu mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman baru, dan merealisasikan potensi diri secara *continue (personal growth)* (Ryff & Singer, 2003).

Psychological well-being penting untuk dilakukan karena nilai positif dari kesehatan mental yang ada di dalamnya membuat seseorang dapat mengidentifikasi apa yang hilang dalam hidupnya (Ryff, dalam Compton, 2005). Karena *psychological well-being* menurut Ryff (1989) adalah sebuah istilah yang dapat digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu sesuai dengan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Begitupun Veit & Ware (1983) menjelaskan *psychological well-being* merupakan indikator kesehatan mental individu

Bastaman (2007) menggambarkan lansia yang hidupnya bermakna ialah orang-orang yang menerima serta memiliki sikap positif dan tenang dalam menjalani masa tua. Seseorang yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi akan lebih merasakan kepuasan dan kebahagiaan secara psikologis dalam hidupnya. Penelitian menurut Edward (2006) menjelaskan individu yang memiliki *psychological well-being* akan memiliki kondisi psikologis yang sehat. Selain itu penelitian Salami (2011) menambahkan pula bahwa *psychological well-being* dapat memunculkan emosi positif dan kebahagiaan atau rasa senang. Berdasarkan hal ini, dapat dilihat bahwa *psychological well-being* membawa individu, salah satunya lansia ke dalam kondisi psikologis yang positif dan sehat. Lansia yang merasakan bahwa dirinya gagal dalam menggapai sebuah harapan mereka akan merasa putusasa sehingga muncul kekecewaan dan ketidakbahagiaan.

Menurut Sheldon dan Tan (2007) dalam menghadapi masalah jika melihat sikap dan perilaku seseorang, kepribadian merupakan ciri yang khas yang membentuk setiap orang. Kepribadian adalah organisasi dinamik di dalam diri manusia yang merupakan bagian dari sistem psikofisik dan menciptakan pola karakteristik dari tingkah laku, pikiran, dan perasaan (Allport dalam Carver, 2008).

Ziskis (2010) menyatakan bahwa kehidupan sehari-hari terdiri atas berbagai tekanan yang berpotensi pada kesejahteraan hidup. Ruini et al, (dalam Ziskis, 2010) menggunakan faktor analisis untuk menunjukkan bahwa *psychological well-being*, *distress*, dan kepribadian merupakan penelitian yang terpisah, namun menunjukkan keterkaitan antar ketiganya.

Penelitian lainnya mengenai perspektif kepribadian ialah penelitian *trait* dilakukan oleh Costa dan Mc. Crae (1994) yang mengungkapkan *trait* yang tersusun dalam lima faktor kepribadian, yaitu *Neuroticism* (N), *Extraversion* (E), *Openness* (O), *Agreeableness* (A), dan *Conscientiousness* (C). Pada lansia yang memiliki semua dimensi tersebut yang membedakan ialah pada derajatnya saja. Ada lansia yang menyukai interaksi sosial, aktif dalam berbagai kegiatan di lingkungan atau komunitasnya dan ramah (*Extraversion*). Ada juga lansia yang mudah khawatir, marah, dan labil secara emosional (*Neuroticism*). Lansia juga terbuka

terhadap pengalaman, penuh rasa ingin tahu, dan mudah bertoleransi (*Openness*). Ada pula lansia yang teratur, disiplin, perfeksionis, dan berambisi (*Conscientiousness*) Selanjutnya, ada juga lansia yang pemaaf, lebih senang menghindari konflik, suka membantu, dan penyayang (*Agreeableness*).

Berdasarkan latar belakang diatas maka penelitian tertarik untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being* pada lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung.

II. Metodologi

Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian korelasi fungsional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen yang berfungsi di dalam variabel dependen (Gulo, 2002). Hipotesa pada penelitian ini untuk melihat kontribusi secara bersama-sama *trait* kepribadian dan dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* dan melihat analisis jalur dari *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being*.

Metode dalam penelitian ini menggunakan korelasi fungsional dimana untuk menjelaskan bagaimana kontribusi *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being*. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan dua buah kuesioner kepada responden yang terdiri dari kuesioner *trait* kepribadian dan *psychological well-being*.

Gambaran umum responden deskripsikan, Populasi dari penelitian ini adalah lansia berjumlah 81 orang. Karakteristik dari populasi yang digunakan dalam penelitian ini ialah berusia ≥ 60 tahun, tinggal bersama keluarga dan bertempat tinggal di Bandung. Penelitian ini menggunakan alat ukur yang sudah di adaptasi dan disesuaikan dengan responden *psychological well-being* Carol Ryff (1989), *trait* kepribadian *The big five personality* (BFI) Oliver P. John (1991). Uji validitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan validitas *construct*. Uji validitas ini dilakukan dengan cara mengorelasikan skor tiap *item* dari suatu jenis *trait* dan dimensi *psychological well-being*. Pengujian reliabilitas dengan menggunakan *internal consistency* dilakukan dengan cara mencobakan instrumen sekali saja kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik pengukuran *Alpha Croanbach*.

III. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Hasil penelitian didapatkan dari pengolahan data melalui penyebaran kuesioner mengenai kontribusi *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being* pada komunitas lansia “X” di kota Bandung. Dengan gambaran responden jenis kelamin terbanyak perempuan 66.7%, lebih banyak yang tidak bekerja dan menggantungkan hidupnya pada keluarga 71.6%, status pernikahan tertinggi janda dengan persentase 50.6% dan status pendidikan umumnya sekolah dasar (SD) 45.7 %.

Tabel I. Kontribusi *Trait* Kepribadian terhadap *Psychological Well-Being*

Model	R	R square	Adjusted R Square	Std Error of the Estimate	F	Sig
1	.460 ^a	.212	.159	10.94646	4.026	.003 ^a

Berdasarkan tabel di atas, terdapat kontribusi 21,2 % terhadap kelima jenis *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung.

Berdasarkan uji statistik jalur, terdapat lima hipotesis kontribusi *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being* terhadap *psychological well-being*.

Tabel II. Kontribusi jalur *trait* kepribadian terhadap *psychological well-being* pada komunitas lansia “X” di Bandung.

Model <i>Trait</i> Kepribadian	B	Kontribusi	Sig.	Keterangan
<i>Neuroticism</i>	-1.258	11.76%	.000	Ho ditolak, Ha diterima
<i>Extraversion</i>	1.158	8.63%	.009	Ho ditolak, Ha diterima
<i>Openness</i>	1.117	0.45%	.043	Ho ditolak, Ha diterima
<i>Agreeableness</i>	.336	0.19 %	.090	Ho diterima, Ha ditolak
<i>Conscientiousness</i>	.693	0.53%	.613	Ho diterima, Ha ditolak

Berdasarkan tabel diatas terdapat kontribusi yang signifikan dari *trait neuroticism, extraversion, openness* di komunitas lansia “X” di Bandung.

3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, ditemukan bahwa kelima *trait* kepribadian berkontribusi secara signifikan terhadap *psychological well-being* lansia sebesar 21.2 %. Menurut McCrae dan Costa (1997), kepribadian merupakan hubungan antar faktor yang terdiri atas berbagai sifat yang saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya yang kemudian akan memengaruhi pola perilaku individu yang bersangkutan dalam menghadapi masalah-masalah dalam lingkungan hidupnya. Penghayatan terhadap pengalaman hidup merupakan kunci dalam *psychological well-being*. *Trait* kepribadian menentukan bagaimana lansia menghayati pengalaman hidupnya. *Trait* merupakan faktor signifikan yang berdampak terhadap *well-being*. Kepribadian sebagai sistem yang relatif stabil mengenai karakteristik individu yang bersifat internal yang berkontribusi terhadap pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang konsisten (Yusuf & Nurihsan, 2011). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa *trait* memengaruhi kehidupan lansia untuk beradaptasi dengan lingkungannya.

IV. Simpulan dan Saran

4.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut.

1. *Trait* kepribadian berkontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung.
2. Jenis *trait* kepribadian yang berkontribusi dan signifikan terhadap *psychological well-being* lansia pada komunitas lansia “X” di kota Bandung ialah *trait neuroticism*, *extraversion* dan *openness*.

4.2 Saran

Sehubungan dengan simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian, peneliti menyadari banyak kekurangan dalam penelitian ini. Peneliti mengajukan beberapa saran, yaitu saran berupa penelitian untuk mengembangkan penelitian dari sisi *trait* kepribadian dan dukungan sosial komunitas. Bagi pemerintah kota Bandung dapat memfasilitasi lansia dalam program dan kegiatan untuk peningkatan kesejahteraan lansia, seperti program “Dampingi Lansia ke Posbindu” atau “Satu Hari Bersama Lansia”. Bagi keluarga disarankan untuk memperbanyak mengikuti seminar atau membaca mengenai perkembangan lansia agar lebih memahami

keadaan lansia guna memberikan dukungan berupa waktu untuk berbincang-bincang, tenaga untuk membantu melakukan mobilitas, serta materi untuk keperluan sehari-hari lansia. lansia dapat mengikuti kegiatan yang sudah terjadwalkan oleh keluarga maupun komunitas agar tidak merasa bosan dan kesepian. Lansia juga disarankan untuk menambah wawasan dengan membaca buku, mengikuti penyuluhan kesehatan, atau seminar-seminar.

Daftar Pustaka

- Amalia. sofa. 2015. analisa psikometrik alat ukur *ryff's psychological well-being* (*rpsychological well-being*) Versi Bahasa Indonesia: Studi pada Lansia guna Mengukur Kesejahteraan dan Kebahagiaan. Tesis. Universitas Padjajaran: Bandung.
- Alwisol.2009. Psikologi Kepribadian edisi revisi Malang : UMM Press.
- Badan Pusat Statistik. 2015. *Statistik Indonesia Tahun 2015*. Jakarta: Pusat Badan Statistik
- Bastaman, H.D. 2007. *Logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., dan Weintraub, J. K. 1989. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267 – 283.
- Compton, William C. 2005. *An Introduction to Positive Psychology*. USA: Thomson Learning, Inc.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. 1984. *Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Costa, P., Robert, M., & Alan, Z. 1987. *Enviromental and Dispotinional Influence on Well-Being* . Longitudinal follow-up on American national sample .
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. 2006 *Personality in Adulthood aFive-Factor Theory Perspective Second Edition*. New York, London : The Guilford Press.
- Edward, Steve. 2006. Physical exercise and psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 36(2) 2006, pp.357-373.
- Gulo, W. (2005). *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: PT Grasindo.

- Hurlock, E.B. (2008). *Psikologi perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Howell, R. T., Kern, M. L., and Lyubomirsky, S. 2007. *Health benefits: Meta-analytically determining the impact of well-being on objective health outcomes. Health Psychology Review, 1*, 1-54.
- Ingersoll-Dayton, B., Chanpen, S., Kespichayawattana, J., &Aungsuroch, Y. 20004. *Measuring Psychological Well-Being: Insights From Thai Elders*. Journal of The Gerontologist, 44(5), 596-604.
- Litwin, H. 2006. The path to well-being among elderly Arab Israelis. J. Cross. Cult.Gerontol, 21, 25-40.
- Nuryani, I. 2017. *Lansia Mari Tetap Semangat*. Bandung: DP3APM Pemerintah Kota Bandung.
- Ryff, C. D. dan Coorey, L. M. 1995. The Structure of Psychologist Well- Being Revisited.*Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (719-72).
- Ryff dan Carol, D. 1989. Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Physchological Well-Being .*Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57 (1969-1081).
- Ryff, C. D. and Keyes, C. L. 1995. The structure of psychological well-being revisited. J.Pers. Soc. Psychol., 69, 719-727.7).
- Ryff, C. dan Singer, B. 1998. *The Contours of Positif Human Health*. Psychology inquiry 9, 1-28.
- Saiman, A. (2011, April 21). *Kesehatan Jiwa Masyarakat*. (G. Parwati, Performer) Panti Kejiwaan, Bandung, Jawa Barat, Indonesia.
- Salami, Samuel. 2011. Personality and Psychological Well-Being of Adolescents : The Moderating Role of Emotional Intelligence. *Social Behavior and Personality An International Journal*, 39(6) 2011, pp. 785-794.
- Santrock, John W. 2006. Life-Span Development, 10th edition. New York: McGraw-Hill
- Sarafino, E.P & Smith, T.W. 2011. Health Psychology – Biopsychosocial interactions 7th edition. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Taylor E, Shelley, Dkk, Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas, Jakarta: Kencana, 2009.

- Uchino, B.N. 2009. *Understanding the Links Between Social Support and Physical health. A life-Span Perspective with Emphasis on the Separability of Perceived and Received Support*. *Perspective on Social Science*, 4, 236-255.
- Sheldon, K.M. dan Tan, H. H. 2007. "The Multiple Determination of Well-Being: Independent Effects of Positive Traits, Needs, Goals, Selves, Social Supports, and Cultural Contexts" *Journal of Happiness Studies* Vol. 8, hlm. 565-592.
- Veit, C.T., & Ware, J.E. (1983). The Structure of Psychological Stress and Well-being in general population. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(5), 730-742.
- Ziskis, A.S. 2010. *The Relationship Personality, Gratitude, and Psychological Well-Being. Disertation*. Faculty of psychology in University of New Jersey.

Daftar Rujukan

Buletin Lansia News. 2017. Menjadi Kota Ramah Lansia. Bandung.