

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN PENCAPAIAN  
SUCCESSFUL AGING PADA LANSIA WANITA DI DESA  
KARANGTENGAH**

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF WITH ACHIEVEMENT OF  
SUCCESSFUL AGING IN ELDERLY WOMEN IN THE VILLAGE  
KARANGTENGAH**

Raras Anggun Atika Candra<sup>1</sup> Eva Rahayu<sup>2</sup> Made Sumarwati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa, <sup>2,3</sup>Dosen Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Jenderal Soedirman

**ABSTRAK**

Kondisi fisik, psikologis dan sosial pada wanita lanjut usia di Indonesia menunjukkan kualitas yang lebih rendah dibandingkan dengan pria lanjut usia. Harga diri memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis yang dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan penuaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan positif antara harga diri dan keberhasilan penuaan yang berhasil pada wanita lanjut usia di desa Karangtengah. Metode penelitian ini kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional. Sampel dalam penelitian 142 wanita lanjut usia yang dipilih dengan teknik simple random sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner Skala Self-Esteem Rosenberg dan Skala Penuaan yang Berhasil. Analisis data menggunakan uji Spearman. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang secara statistik sangat kuat antara harga diri dan keberhasilan penuaan pada wanita lanjut usia di Desa Karangtengah ( $r = 0,866$ ,  $p = 0,000$ ). Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan positif secara statistik antara harga diri dan aspek keberhasilan penuaan, seperti fungsional ( $r = 0,660$ ,  $p = 0,000$ ), kesejahteraan psikologis ( $r = 0,539$ ,  $p = 0,000$ ), seleksi, optimasi dan kompensasi ( $r = 0,607$ ,  $p = 0,000$ ) serta kontrol primer dan sekunder ( $r = 0,705$ ,  $p = 0,000$ ). Harga diri yang tinggi dapat meningkatkan pencapaian sukses penuaan pada wanita lanjut usia di Desa Karangtengah.

Kata kunci: harga diri, penuaan sukses, lansia

**ABSTRACT**

The changes in physical, psychological and social condition in the elderly can lead to the emergence of feelings of worthlessness, helplessness and uselessness that may influence their self-esteem. Physical, psychological and social condition in elderly women in Indonesia indicated a lower quality compared with elderly men. Self-esteem has influence on psychological well-being required to achieve successful aging. This research aimed to determine a positive relationship between self-esteem and achievement of successful aging on elderly women in Karangtengah village. This research was a quantitative research using cross sectional study design. The sample in this research was 142 elderly women selected by using simple random sampling technique. Data were collected using a questionnaire of Rosenberg Self-Esteem Scale and Successful Aging Scale. Data analysis in this research used Spearman test. The result of correlation test indicated that there was a statistically very strong positive relationship between self-esteem and achievement of successful aging on elderly women in Karangtengah village ( $r=0.866$ ,  $p=0.000$ ). Furthermore, the result of correlation test also indicated that there was a statistically positive relationship between self-esteem and the aspects of successful aging, such as a functional well ( $r=0.660$ ,  $p=0.000$ ), psychological well-being ( $r=0.539$ ,  $p=0.000$ ), selection, optimization and compensation ( $r=0.607$ ,  $p=0.000$ ) as well as primary and secondary control ( $r=0.705$ ,  $p=0.000$ ). High self-esteem can improve the achievement of successful aging on elderly women in Karangtengah village.

**Keywords:** Self-esteem, successful aging, elderly

## PENDAHULUAN

Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2013 jumlah penduduk lansia mencapai 20,04 juta jiwa atau sebesar 8,05% dari total jumlah penduduk. Jumlah tersebut meningkat dibandingkan tahun 2010 yang hanya 18,1 juta jiwa atau sebesar 9,6% dari total jumlah penduduk (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2010).

Peningkatan jumlah lansia seharusnya diimbangi dengan peningkatan kualitas hidup, sehingga *successful aging* dapat tercapai di masa tuanya. Akan tetapi kenyataannya, pencapaian *successful aging* di Indonesia belum optimal jika dibandingkan dengan negara lain. Penelitian Hamidah dan Wrastari (2012) membuktikan bahwa rata-rata pencapaian *successful aging* lansia di Indonesia (yang diwakili oleh kota Surabaya) lebih rendah daripada lansia di Malaysia (yang diwakili oleh kota Selangor). *Successful aging* merupakan suatu kondisi yang lengkap dan sempurna baik secara

fisik, mental maupun kesejahteraan sosial (Shu dan Chan, 2002). *Successful aging* memiliki empat aspek yaitu fungsional yang baik, kesejahteraan psikologis, seleksi, optimasi dan kompensasi kontrol primer dan sekunder (Lawton dalam Weiner., 2003).

Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu aspek yang penting dalam pencapaian *successful aging*. Hal tersebut dikarenakan, dengan terciptanya kesejahteraan psikologis dapat memberikan kebahagiaan dan kepuasan dalam menjalani kehidupan di masa tuanya (Putri, 2013). Harga diri merupakan salah satu aspek penting yang diperlukan untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Penelitian Im dan Hee (2012) membuktikan bahwa semakin tinggi harga diri lansia, maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologisnya.

Harga diri merupakan suatu evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, sejauh mana individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, sukses dan berharga (Coopersmith dalam Pamela dan Waru Wu.,

2006). Perubahan fisik dan psikososial yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan perubahan pada harga diri, yang ditandai dengan munculnya perasaan tidak berharga, perasaan tidak berguna, perasaan tidak berdaya, sedih, kecewa dan gejala psikososial lainnya (Stuart, dalam Syam'ani, 2011).

Kondisi lansia wanita di Indonesia dari segi fisik, psikologis dan sosial menunjukkan kualitas yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia pria. Kualitas fisik yang rendah ditunjukkan dengan tingginya proporsi lansia wanita yang mengalami keluhan kesehatan (seperti asma, sakit kepala berulang, batuk dan keluhan lainnya) yakni sebesar 47,68% pada usia 60-69 tahun dan 57,22% pada usia 70-79 tahun, dibandingkan lansia pria yakni sebesar 45,71% pada usia 60-69 tahun dan 55,04% pada usia 70-79 tahun (BPS, 2013). Selanjutnya, kualitas psikologis (kognitif) yang rendah dapat ditunjukkan dengan rendahnya tingkat pendidikan pada lansia wanita yakni sebesar 35,34% tidak atau belum sekolah, dibandingkan lansia

pria yang proporsinya hanya 13,61% (BPS, 2013). Kemudian dari segi sosial, lansia wanita menunjukkan kurangnya keikutsertaan dalam kegiatan sosial kemasyarakatan dibandingkan dengan lansia pria dibuktikan dengan proporsi lansia wanita yang mengikuti kegiatan sosial kemasyarakatan sebesar 65,11% sedangkan lansia pria sebesar 77,66% (Komisi Nasional Lanjut Usia, 2010).

Studi pendahuluan dilakukan di Desa Karangtengah, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas. Jumlah penduduk lansia di desa tersebut adalah sebesar 1436 jiwa yang terdiri dari 708 lansia pria dan 728 lansia wanita. Jumlah penduduk lansia wanita yang berusia 60-74 tahun adalah sebesar 523 jiwa. Metode wawancara dilakukan untuk mengetahui beberapa hal yang berkaitan dengan harga diri dan *successful aging* kepada 10 lansia wanita yang tinggal di desa tersebut. Hasil wawancara mengenai harga diri diperoleh secara umum lansia wanita memiliki harga diri yang bervariasi. Selanjutnya untuk wawancara mengenai *successful aging*, diperoleh

secara umum lansia wanita memiliki pencapaian *successful aging* yang tergolong tinggi. Harga diri dan *successful aging* bersifat subjektif dimana setiap orang memiliki penilaian yang tidak sama serta dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan tempat tinggalnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai adakah hubungan yang positif antara harga diri dengan pencapaian *successful aging* pada lansia wanita di Desa Karangtengah.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia wanita yang tinggal di Desa Karangtengah Kecamatan Cilongok yang berjumlah 728 jiwa. Sampel yang diperoleh berdasarkan perhitungan rumus analitis korelatif Dahlan (2013) adalah sebesar 142 lansia wanita yang diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Kriteria inklusinya adalah 1) Berusia 60 sampai 74 tahun 2) Mampu berkomunikasi dengan baik

(kooperatif) 3) Mampu membaca dan menulis 4) Tinggal bersama keluarga (pasangan/suaminya) 5) Bersedia menjadi responden dalam penelitian. Kriteria eksklusinya adalah: 1) Cacat secara fisik seperti lumpuh, buta atau tuli 2) Sakit parah yang tidak memungkinkan untuk dilakukan penelitian 3) Sedang berada di luar kota dalam jangka waktu yang lama (> 3 bulan).

Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner karakteristik demografi (usia, pendidikan, status pekerjaan dan penghasilan keluarga lansia), kuesioner harga diri dan kuesioner *successful aging*. Instrumen harga diri menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* yang diadopsi dari penelitian Wisudawati (2013). Kuesioner tersebut terdiri dari 10 item pernyataan menggunakan skala Likert dengan kemungkinan rentang skor 10-40. Selanjutnya untuk instrumen *successful aging* menggunakan *Successful Aging Scale* Reker (2009) yang diadopsi dari penelitian Herawaty (2015). Kuesioner tersebut terdiri dari 14 item pernyataan menggunakan skala Likert dengan kemungkinan rentang skor 14-98.

Pengambilan data dilakukan oleh peneliti dibantu satu asisten peneliti selama kurang lebih 17 hari pada 14-30 Desember 2015, dengan menggunakan metode *door to door*. Analisis data penelitian ini berupa analisis univariat untuk mendiskripsikan karakteristik demografi responden dan bivariat untuk mengetahui korelasi antara harga diri dengan pencapaian *successful aging*. Uji normalitas data menggunakan *Kolmogorov-smirnov* menghasilkan data tidak terdistribusi normal. Peneliti telah melakukan

transformasi data, namun data tetap tidak terdistribusi normal. Karena itu peneliti menggunakan median sebagai ukuran pemusatan dan minimum-maksimum sebagai penyebaran. Selanjutnya untuk uji korelasi peneliti menggunakan uji non parametrik *Spearman*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Karakteristik Demografi Responden

Tabel 1. Karakteristik Demografi Responden (n=142)

Karakteristik	N	%
Usia		
60-69 tahun	117	82,4
70-74 tahun	25	17,6
Pendidikan		
Tidak tamat SD	75	52,8
Tamat SD	47	33,1
Tamat SMP	12	8,5
Tamat SMA	8	5,6
Status Pekerjaan		
Bekerja	65	45,8
Tidak Bekerja	77	54,2
Penghasilan Keluarga (lansia) dalam Satu Bulan		
< Rp. 1.100.000	107	75,4
≥ Rp. 1.100.000	35	24,6

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa hampir seluruh responden didominasi oleh lansia wanita yang berusia 60-69 tahun (82,4%) dan berpenghasilan keluarga

< Rp. 1.100.000 (75,4%). Sebagian besar responden berpendidikan terakhir tidak tamat SD dan tidak bekerja (54,2%).

## B. Gambaran Harga Diri

Tabel 2. Gambaran Skor Harga Diri (n=142).

Harga Diri	Median	Min-Max
Total Skor Harga Diri	29,00	21-37

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui skor harga diri sebesar 29,00 dengan skor terendah 21 dan tertinggi 37.

Tabel 3. Skor Harga Diri Berdasarkan Karakteristik Demografi Responden (n=142)

Karakteristik	Median	Min-Max
Usia		
60-69 tahun	29,00	24-37
70-74 tahun	27,00	21-34
Pendidikan		
Tidak tamat SD	28,00	21-36
Tamat SD	29,00	25-36
Tamat SMP	32,00	28-36
Tamat SMA	32,50	29-37
Status Pekerjaan		
Bekerja	29,00	23-37
Tidak Bekerja	28,00	21-36
Penghasilan Keluarga (lansia) dalam Satu Bulan		
< Rp. 1.100.000	28,00	21-36
≥ Rp. 1.100.000	32,00	25-37

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa skor harga diri

yang lebih tinggi diperoleh pada lansia wanita yang berusia 60-69

tahun (29,00), berpendidikan terakhir tamat SMA (32,50), bekerja (29,00) dan berpenghasilan keluarga  $\geq$  Rp. 1.100.000(32,00).

### C. Gambaran *Successful Aging*

Tabel 4. Skor *Successful Aging* (n=142)

<i>Successful Aging</i>	Median	Min-Max
Total Skor <i>Successful Aging</i>	84,00	71-95

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa skor *successful aging* sebesar 84,00 dengan skor terendah 71 dan tertinggi 95.

Tabel 5. Skor *Successful Aging* Berdasarkan Karakteristik Demografi Responden (n=142)

Karakteristik	Median	Min-Max
Usia		
60-69 tahun	85,00	71-95
70-74 tahun	83,00	73-92
Pendidikan		
Tidak tamat SD	83,00	71-93
Tamat SD	84,00	76-95
Tamat SMP	89,50	83-93
Tamat SMA	90,50	82-93
Status Pekerjaan		
Bekerja	84,00	71-93
Karakteristik	Median	Min-Max
Tidak Bekerja	85,00	73-95
Penghasilan Keluarga (lansia) dalam Satu Bulan		
< Rp. 1.100.000	83,00	71-92
$\geq$ Rp. 1.100.000	89,00	80-95

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa skor *successful aging* yang lebih tinggi diperoleh

pada lansia wanita yang berusia 60-69 tahun (85,00), berpendidikan terakhir tamat

SMA (90,50), tidak bekerja (85,00) dan berpenghasilan keluarga  $\geq$  Rp. 1.100.000(89,00).

#### D. Hubungan antara Harga Diri dengan Pencapaian *Successful Aging*

Variabel	<i>Successful Aging</i>	
	r	p
Harga Diri	0,866	0,000

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa ada hubungan positif sangat kuat yang signifikan secara statistik antara harga diri dengan pencapaian *successful aging* pada lansia wanita di Desa Karangtengah ( $r=0,866$ ,  $p=0,000$ ).

Selanjutnya, hasil uji korelasi antara harga diri dengan aspek-aspek *successful aging* menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan secara statistik antara harga diri dengan aspek-aspek *successful aging* diantaranya fungsional yang baik ( $r=0,660$ ,  $p=0,000$ ), kesejahteraan psikologis ( $r=0,539$ ,  $p=0,000$ ), seleksi optimasi dan kompensasi

Tabel 6. Hasil Analisis Hubungan antara Harga Diri dengan Pencapaian *Successful Aging* (n=142)

( $r=0,607$ ,  $p=0,000$ ) serta kontrol primer dan sekunder ( $r=0,705$ ,  $p=0,000$ ).

#### A. Karakteristik Demografi Responden

Berdasarkan usianya, hampir seluruh dari responden didominasi oleh lansia wanita yang berusia 60-69 tahun. Lansia seiring dengan bertambahnya usia semakin berisiko untuk terkena penyakit degeneratif yang dapat menyebabkan penurunan pada kondisi fisik (Patmonodewo, *et al.*, 2001).

Adanya penyakit degeneratif semakin terlihat pada usia 70 tahun (Tamher dan Noorkasiani, 2009 *dalam* Herawaty, 2015). Hal tersebut

dimungkinkan menjadi penyebab responden yang berusia 70-74 tahun jumlahnya lebih sedikit, karena dieksklusikan dalam penelitian ini.

Berdasarkan pendidikannya, sebagian besar responden berpendidikan terakhir tidak tamat SD. Rendahnya tingkat pendidikan lansia wanita disebabkan karena ketidakmampuan dalam membayar biaya sekolah dan terbatasnya sarana pendidikan yang ada di desa tersebut. Selain itu, adanya pandangan budaya yang lebih mendahulukan pria untuk bersekolah dari pada wanita juga dapat menyebabkan rendahnya pendidikan pada lansia wanita (Lei, Hu, *et al.*, 2011). Berdasarkan status pekerjaannya, sebagian besar responden tidak bekerja. Hal tersebut disebabkan karena lansia wanita umumnya bergantung secara finansial kepada suami, anak maupun keluarga lainnya (Purnama, 2013). Selain itu, kurang tersedianya lapangan pekerjaan bagi lansia juga

menjadi penyebab banyaknya lansia yang tidak bekerja (Hurlock, 1980).

Berdasarkan penghasilannya, hampir seluruh dari responden berpenghasilan keluarga < Rp. 1.100.000. Rendahnya penghasilan disebabkan karena sebagian besar lansia wanita tidak bekerja dan umumnya hanya bergantung pada penghasilan suami atau anaknya. Selain itu, rendahnya tingkat pendidikan juga sejalan dengan tingkat pekerjaan dan penghasilan yang diperoleh lansia (Herawati, 2015).

Skor harga diri pada lansia wanita di Desa Karangtengah adalah sebesar 29,00, termasuk kategori harga diri tinggi (skor harga diri tinggi berkisar antara 26-40) (Wisudawati, 2015). Tingginya harga diri lansia wanita di desa tersebut disebabkan karena adanya budaya yang menganggap bahwa lansia merupakan sesepuh yang harus dihormati oleh orang yang lebih muda. Penelitian sebelumnya oleh Franak *et al.*, (2015)

menunjukkan hasil yang sama yakni berdasarkan rata-rata skor harga diri, lansia wanita dalam penelitiannya memiliki harga diri yang tinggi. Hal tersebut disebabkan karena adanya budaya tradisional di Negara Iran yang memandang lansia menjadi sosok yang sangat dihormati sehingga dapat berpengaruh positif pada harga dirinya (Franak *et al.*, 2015).

Selanjutnya berdasarkan karakteristik demografi responden, skor harga diri yang lebih tinggi diperoleh lansia wanita yang berusia 60-69 tahun, berpendidikan terakhir tamat SMA, bekerja dan berpenghasilan keluarga  $\geq$  Rp. 1.100.000. Meskipun terdapat perbedaan skor harga diri, akan tetapi jika dikategorikan masih tergolong dalam harga diri tinggi. Hal tersebut dimungkinkan karena adanya penerimaan diri yang baik, kemandirian dalam melakukan aktivitas, budaya yang memberikan penghormatan pada lansia serta adanya dukungan keluarga yang baik

sehingga dapat meningkatkan harga diri pada lansia.

Skor *successful aging* pada lansia wanita di Desa Karangtengah adalah sebesar 84,00, termasuk kategori *successful aging* tinggi (skor *successful aging* tinggi  $\geq 70$ ) (Awibowo, 2013). Tingginya *successful aging* lansia wanita di desa tersebut disebabkan karena sebagian besar lansia wanita masih aktif terlibat dengan kegiatan di masyarakat dan mempunyai kemandirian yang tinggi dalam melakukan aktivitas sehari-hari (mempunyai otonomi yang baik). Penelitian sebelumnya oleh Awibowo (2013) menunjukkan hasil yang sama yakni sebagian besar lansia wanita dalam penelitiannya memiliki *successful aging* yang tinggi.

Selanjutnya berdasarkan karakteristik demografi responden, skor *successful aging* yang lebih tinggi diperoleh lansia wanita yang berusia 60-69 tahun, berpendidikan terakhir tamat SMA, tidak bekerja dan

berpenghasilan keluarga  $\geq$  Rp. 1.100.000. Meskipun terdapat perbedaan skor *successful aging*, akan tetapi jika dikategorikan masih tergolong dalam *successful aging* tinggi. Hal tersebut dimungkinkan karena adanya penerimaan diri yang baik, keaktifan dalam kegiatan di masyarakat (misalnya pengajian, arisan), mempunyai religiusitas serta dukungan keluarga yang baik sehingga dapat meningkatkan pencapaian *successful aging* pada lansia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif sangat kuat yang signifikan secara statistik antara harga diri dengan pencapaian *successful aging* pada lansia wanita di Desa Karangtengah ( $r=0,866$ ,  $p=0,000$ ). Lansia yang memiliki harga diri tinggi akan merasa puas dan mampu menerima keadaan pada dirinya dengan baik sehingga dapat menciptakan kebahagiaan di masa tuanya. Penelitian Nanthamongkolchai *et al.*, (2009) membuktikan bahwa harga diri merupakan faktor yang

berpengaruh terhadap kebahagiaan pada lansia wanita. Hal tersebut dikarenakan, harga diri yang tinggi dapat meningkatkan motivasi lansia untuk mengurus dirinya sendiri sehingga memiliki kualitas hidup yang lebih baik (Nanthamongkolchai *et al.*, 2009). Penelitian lainnya yang mendukung pernyataan tersebut dilakukan oleh Balela (2015) yang membuktikan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan kualitas hidup pada lansia. Adanya rasa kebahagiaan dan kualitas hidup yang baik pada lansia dapat meningkatkan pencapaian *successful aging*.

*Successful aging* mencakup multidimensi meliputi kesehatan fisik, fungsional, psikologis dan sosial (Phelan *et al.*, 2004). Harga diri yang tinggi dapat mengurangi munculnya permasalahan fisik, psikologis dan sosial yang terjadi pada lansia (Franak *et al.*, 2015). Ketidadaannya masalah tersebut dapat membuat lansia merasa puas dengan kehidupan dimasa tuanya. Adanya kepuasan

dalam hidup dapat meningkatkan pencapaian *successful aging*.

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa ada hubungan positif yang signifikan secara statistik antara harga diri dengan aspek-aspek *successful aging*, diantaranya fungsional yang baik ( $r=0,660$ ,  $p=0,000$ ), kesejahteraan psikologis ( $r=0,539$ ,  $p=0,000$ ), seleksi optimasi dan kompensasi ( $r=0,607$ ,  $p=0,000$ ) serta kontrol primer dan sekunder ( $r=0,705$ ,  $p=0,000$ ).

Aspek pertama adalah fungsional yang baik. Fungsional yang baik terkait dengan kemampuan untuk meminimalkan risiko penyakit dan kecacatan, mempertahankan fungsi fisik dan mental serta mempertahankan keterlibatan dengan kehidupan (Rowe dan Kahn, 1998). Semakin berharga diri lansia maka akan meningkatkan motivasi lansia untuk menjaga kesehatannya, seperti dengan menerapkan gaya hidup sehat dan memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada. Hal

tersebut dibuktikan berdasarkan penelitian Noh dan Lim (2014) yang menunjukan bahwa harga diri berkorelasi positif dengan perilaku peningkatan kesehatan (*health promotion behavior*), yang artinya semakin tinggi harga diri lansia maka akan semakin baik juga perilaku peningkatan kesehatannya. Selain itu, harga diri yang tinggi juga akan membuat lansia menjadi lebih percaya diri sehingga cenderung lebih aktif untuk terlibat dalam kegiatan di masyarakat. Adanya perilaku peningkatan kesehatan dan keterlibatan secara aktif dalam kegiatan di masyarakat dapat meningkatkan pencapaian *successful aging* khususnya pada aspek fungsional yang baik.

Aspek kedua adalah kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis yang optimal dapat terwujud apabila lansia tidak mengalami permasalahan psikologis seperti stress dan depresi. Harga diri yang tinggi dapat mencegah terjadinya depresi pada lansia.

Penelitian Halit (2014) membuktikan bahwa harga diri berhubungan dengan depresi pada lansia. Hal tersebut dikarenakan adanya kegagalan untuk mendapatkan penerimaan diri yang positif yang terjadi pada harga diri rendah sehingga menyebabkan depresi (Khaidzir dan Wongdalam Halit, 2014). Selain itu, penelitian Im dan Hee (2012) membuktikan bahwa semakin tinggi harga diri lansia maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologisnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa harga diri yang tinggi dapat meningkatkan pencapaian *successful aging* khususnya pada aspek kesejahteraan psikologis.

Aspek ketiga adalah seleksi, optimasi dan kompensasi. Seleksi, optimasi dan kompensasi mengacu pada proses pengaturan, pencapaian dan pemeliharaan tujuan pribadi (Baltes dan Baltes dalam Herawati, 2015). Lansia yang memiliki harga diri tinggi akan merasa lebih percaya diri dan menganggap bahwa dirinya

mampu, sehingga akan meningkatkan motivasi lansia untuk mengatur kehidupan di masa tuanya dan mencapai tujuan yang penting bagi dirinya. Adanya motivasi untuk mengatur kehidupan di masa tuanya dan melakukan usaha untuk mencapai tujuan yang penting bagi diri lansia dapat meningkatkan pencapaian *successful aging* khususnya pada aspek seleksi, optimasi dan kompensasi.

Aspek keempat adalah kontrol primer dan sekunder. Menurut Rothbaum et al., (1982) kontrol primer dilakukan dengan mengubah lingkungan sesuai keinginannya, sedangkan kontrol sekunder dilakukan dengan beradaptasi pada kondisi yang ada. Lansia yang memiliki harga diri yang tinggi akan mudah beradaptasi dengan keadaan yang terjadi di masa tuanya. Pernyataan tersebut didukung oleh Louis dalam Halit (2014) yang menyebutkan bahwa harga diri berkaitan dengan adaptasi secara keseluruhan, dimana seseorang yang memiliki harga

diri tinggi mempunyai penyesuaian yang lebih baik dibandingkan dengan harga diri rendah. Adanya penyesuaian diri (adaptasi) yang baik dapat meningkatkan pencapaian *successful aging* khususnya pada aspek kontrol primer dan sekunder.

### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa karakteristik demografi responden menunjukkan hampir seluruh didominasi oleh lansia wanita yang berusia 60-69 tahun dan berpenghasilan keluarga < Rp. 1.100.000. Sebagian besar responden berpendidikan terakhir tidak tamat SD dan tidak bekerja. Berdasarkan skor harga diri, lansia wanita dalam penelitian ini memiliki harga diri yang tinggi. Selanjutnya berdasarkan skor *successful aging*, lansia wanita dalam penelitian ini

memiliki *successful aging* yang tinggi. Ada hubungan positif sangat kuat yang signifikan secara statistik antara harga diri dengan pencapaian *successful aging* pada lansia wanita di Desa Karangtengah. Selain itu, hasil uji juga menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan secara statistik antara harga diri dengan aspek-aspek *successful aging* diantaranya fungsional yang baik, kesejahteraan psikologis, seleksi optimasi dan kompensasi serta kontrol primer dan sekunder.

Perawat diharapkan dapat mengembangkan asuhan keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan harga diri pada lansia sehingga lansia dapat mencapai *successful aging* yang optimal di masa tuanya. Selain itu, dapat dikembangkan penelitian berikutnya yang terkait aspek psikologis lainnya seperti *self acceptance* dan *self efficacy* dihubungkan dengan pencapaian *successful aging*.

### DAFTAR PUSTAKA

- Awibowo, A. D. A. 2013. Perbedaan Successful Aging pada Lansia Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Badan Pusat Statistik. 2013. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta.
- Balela, S. A. 2015. Hubungan antara Kualitas Hidup dengan Harga Diri Lansia yang Tinggal di Rumah di RW 8 Bratang Binangun Kelurahan

- Barata Jaya Kecamatan Gubeng Surabaya. *Skripsi*. Universitas Katolik Widya Mandala, Surabaya.
- Dahlan, M. S. 2013. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta
- Franak, J., Alireza, K. and Malek, M. 2015. Self-Esteem among The Elderly Visiting The Healthcare Centers in Kermanshah-Iran 2012. *Global Journal of Health Science*, 7(5), 352-358. Doi: 10.5539/gjhs.v7n5p352.
- Halit, A. H. 2014. Self Esteem and Its Relation to Depression among The Elderly. *International Journal of Business and Social Science*, 5(3), 266-273.
- Hamidah dan Wrastari, A. T. 2012. Studi Eksplorasi *Successful Aging* melalui Dukungan Sosial bagi Lansia di Indonesia dan Malaysia. *INSAN*, 14(2), 108-119.
- Herawaty, T. D. 2015. Perbedaan *Successful Aging* antara Lansia yang Memanfaatkan dan Tidak Memanfaatkan Posyandu Lansia di Wilayah Kecamatan Purwokerto Selatan. *Skripsi*. Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga. Jakarta.
- Im, P. O. dan Hee, M. 2012. The Effect of Self Esteem on Psychological Well Being in Elderly Women, Focusing on Family Support as a Moderator. *The Korean Journal of Community Living Science*, 23(4), 399-409. Doi: 10.7856/kjcls.2012.23.4.399.
- Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat. 2010. *Jumlah Lansia Indonesia, Lima Besar Terbanyak di Dunia*. Dalam: <http://2010.kemendkopmk.go.id/content/jumlah-lansia-indonesia-lima-besar-terbanyak-di-dunia>, diakses tanggal 13 Juni 2015.
- Lei, X., Hu, Y., Mcardle, J. J., Smith, J. P. dan Zhao, Y. 2011. Gender Differences in Cognition among Older Adults in China. *RAND Labor and Population*. 1-33.
- Nanthamongkolchai, S., Tuntichaivanit, C., Munsawaengsub, C. dan Charupoonphol, P. 2009. Factors influencing Life Happiness among Elderly Female in Rayong Province, Thailand. *Journal of the Medical Association of Thailand*, 92 (7), S8-S12.
- Noh, J. H. dan Lim, E. J. 2014. Factors influencing Rural Elderly Women' Health Promotion Behavior. *Advanced Science and Technology Letters*, 61, 44-47.
- Pamela, E. dan Waruwu, F. E. 2006. Efektivitas LVEP (Living Values: An Educational Program) dalam Meningkatkan Harga Diri Remaja Akhir. *Jurnal Provitae*, 2(1). 13-24.
- Patmonodewo, S. et al. 2001. *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan Pribadi*. UI Press. Jakarta.
- Phelan, E. A., Anderson, L. A., LaCroix, A.Z dan Larson, E. B. 2004. Older Adults' Views of "Successful Aging" How do They Compare with Researchers' Definitions?. *Journal of the American Geriatrics Society*, 52(2).
- Purnama, F. T. 2013. Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Successful Aging* pada Lansia di Desa Windunegara Kecamatan Wangon Kabupaten Banyumas. *Skripsi*. Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Putri, L. S. 2013. Hubungan antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia Muslim. *Naskah Publikasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.

- Rothbaum, F., Weisz, J., dan Snyder, S. 1982. Changing The Word and Changing The Self: A Two-Process Model of Perceived Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1). 5-37.
- Rowe, J. W., dan Kahn R. L. 1998. *Successful aging*. Random House. New York
- Shu, H. C. dan Chan, M. C. 2002. *Successful Aging in Korea*. Taichung Health Care and Management University. Korea.
- Syam'ani. 2011. Studi Fenomenologi tentang Pengalaman Menghadapi Perubahan Konsep Diri: Harga Diri Rendah pada Lansia di Kecamatan Jekan Raya kota Palangka Raya. *Skripsi*. Universitas Indonesia, Jakarta.
- Wisudawati, S. N. 2015. Hubungan Harga Diri dengan Kepatuhan Perawatan Pasien DM Tipe 2 di Kecamatan Wangon. *Skripsi*. Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Weiner, I. B. 2003. *Handbook of Psychology*. John Wiley and Sons, Inc. New Jersey.