

KONSEP DIRI DAN ADAPTASI PSIKOSOSIAL LANSIA: STUDI DI LINGKUNGAN MANONGKOKI I TAKALAR

Zainuddin¹, Sartika^{2*}, Sri Yulian Hunowu³

^{1,2,3}Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

*Email coresponden: Sartika@ung.ac.id

ABSTRACT

Lansia terus menghadapi cedera narsistik saat mereka berusaha beradaptasi pada kehidupan biologis, psikologis, dan sosial yang berhubungan dengan proses penuaan. Konsep diri memainkan peran sentral dalam menentukan kemampuan adaptasi psikososial mereka, namun penelitian yang menghubungkan konsep diri dengan adaptasi psikososial dalam konteks lokal, seperti di Manongkoki I, masih terbatas. untuk mengetahui Hubungan Konsep Diri Dengan Adaptasi Psikososial Lansia Di Di Lingkungan Manongkoki I Kec. Polut Kab. Takalar. Metode: penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling* dengan jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 50 orang. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur dan dianalisis dengan uji statistik Chi-square. diperoleh data bahwa konsep diri negatif dengan adaptasi psikososial mal-adaptif sebanyak 19 orang (38,0%) dan yang adaptif sebanyak 4 orang (8,0%), sedangkan responden yang memiliki konsep diri positif dengan adaptasi psikososial mal-adaptif sebanyak 2 orang (4,0%) dan yang adaptif sebanyak 25 orang (50,0%). Dari hasil analisa bivariat yang menggunakan uji *Continuity Correction*, diperoleh nilai *Pvalue* lebih kecil dari nilai α ($p:0,000 < \alpha:0,05$). Hal tersebut menunjukkan hubungan signifikan antara konsep diri positif dengan perilaku psikososial adaptif. Responden dengan konsep diri positif memiliki peluang lebih besar untuk menunjukkan perilaku adaptif. Konsep diri yang positif berperan penting dalam meningkatkan adaptasi psikososial lansia. Oleh karena itu, intervensi berbasis komunitas yang memperkuat konsep diri lansia perlu diterapkan untuk mendukung kesejahteraan psikososial mereka.

KEYWORDS

Adaptasi psikososial; Lanjut usia; Konsep diri

ARTICLE HISTORY

Received : 15 Desember 2024

Accepted: 20 Desember 2024

PENDAHULUAN

Proses penuaan adalah fenomena alami yang tidak dapat dihindari dan berlangsung sepanjang kehidupan manusia. Proses ini membawa perubahan yang signifikan pada anatomi, fisiologi, dan biokimia tubuh, sehingga memengaruhi fungsi serta kemampuan tubuh secara keseluruhan. Lansia, menurut WHO dan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia, didefinisikan sebagai individu berusia 60 tahun ke atas. Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia, meskipun bersifat alami, sering kali diiringi dengan penurunan daya tahan tubuh, kemampuan adaptasi, serta risiko meningkatnya berbagai masalah kesehatan. Pemahaman mendalam mengenai proses penuaan sangat penting, karena lansia bukan hanya menghadapi tantangan fisik, tetapi juga sosial dan psikologis yang kompleks.

Seiring dengan peningkatan angka harapan hidup, jumlah penduduk lansia di Indonesia terus bertambah secara signifikan. Berdasarkan data dari Dirjen Dukcapil, jumlah lansia di Indonesia pada 30 Juni 2024 adalah 21.085.623 jiwa atau 7,46% dari total penduduk. Dari total 282,4 juta penduduk tersebut, 142.569.663 jiwa di antaranya merupakan laki-laki dan sisanya 139.907.921 jiwa merupakan seorang perempuan. Sebaran penduduk paling banyak di Pulau Jawa 55,93%, disusul Sumatera 21,81%, Sulawesi 7,36%, Kalimantan 6,18%, Bali & Nusa Tenggara 5,56%, Papua 2% dan Maluku 1,17% (*Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2024*, n.d.). Indonesia diprediksi tahun 2025 akan menjadi salah satu negara dengan jumlah penduduk lansia terbesar di dunia setelah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat. Peningkatan jumlah ini merupakan bukti keberhasilan pembangunan nasional dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Namun, di sisi lain, hal ini menimbulkan tantangan baru, terutama dalam upaya memastikan kesejahteraan lansia melalui pendekatan yang holistik dan terintegrasi.

Salah satu aspek yang sangat penting dalam kehidupan lansia adalah kesehatan, yang mencakup dimensi fisik, mental, sosial, dan spiritual. Lansia cenderung mengalami penurunan fungsi fisik, seperti gangguan pendengaran, penglihatan, serta penurunan mobilitas, yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka. Lebih jauh lagi, lansia juga menghadapi perubahan psikososial yang signifikan, seperti kehilangan peran sosial, dukungan keluarga, atau perubahan konsep diri akibat penurunan kemampuan fisik (Ricco Habil & Berlianti, 2023). Jika tidak dikelola dengan baik, perubahan ini dapat memicu masalah psikososial, seperti depresi, kecemasan, apatis,

atau bahkan isolasi sosial. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif untuk memahami dan mengelola perubahan ini, termasuk dengan memperhatikan hubungan antara konsep diri lansia dan kemampuan adaptasi psikososial mereka.

Konsep diri memainkan peran sentral dalam menentukan bagaimana lansia menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi pada diri mereka (Romdzati, 2020). Konsep ini meliputi identitas, citra tubuh, harga diri, peran sosial, dan ideal diri. Perubahan fisik yang dialami lansia, seperti kulit keriput, kehilangan penglihatan, atau gangguan pendengaran, dapat memengaruhi pandangan mereka terhadap diri sendiri, terutama jika perubahan tersebut diiringi oleh sikap negatif dari lingkungan sosial. Studi menunjukkan bahwa kemampuan lansia untuk mempertahankan interaksi sosial, aktivitas sehari-hari, dan dukungan emosional dari keluarga serta komunitas menjadi kunci untuk menjaga stabilitas konsep diri mereka. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana faktor-faktor tersebut saling berinteraksi untuk mendukung kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

Berdasarkan data awal dari Kelurahan Manongkoki, Kecamatan Polut, Kabupaten Takalar, terdapat 76 lansia yang terdiri dari 26 laki-laki dan 50 perempuan. Dari wawancara dengan 10 orang lansia, ditemukan bahwa tiga orang mengalami kesulitan beradaptasi akibat perubahan fisik dan psikologis yang mereka alami, sementara tujuh orang lainnya mampu beradaptasi dengan baik, baik dengan sesama lansia maupun dengan masyarakat sekitar. Fenomena ini menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi lansia tidak hanya bergantung pada faktor internal, seperti kesehatan fisik dan psikologis, tetapi juga pada dukungan sosial yang mereka terima. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsep diri dan adaptasi psikososial lansia, khususnya di Lingkungan Manongkoki I, Kecamatan Polut, Kabupaten Takalar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya peningkatan kesejahteraan lansia melalui intervensi berbasis psikososial yang tepat dan efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional, yang bertujuan untuk mempelajari hubungan antara variabel independen dan dependen pada satu waktu tertentu (Creswell, John W, 2015). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, di mana jumlah sampel ditentukan sebanyak 50 responden yang memenuhi kriteria inklusi, seperti lansia yang bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi dengan baik, tidak mengalami depresi, dan tinggal di lingkungan dengan budaya suku Makassar. Kriteria eksklusi meliputi lansia yang menolak menjadi responden atau tidak berada di rumah saat penelitian berlangsung.

Penelitian ini dilakukan di lingkungan Manongkoki 1, Kecamatan Polut, Kabupaten Takalar, pada periode 16 Mei hingga 18 Juni 2024. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah kuesioner terstruktur dengan pertanyaan tertutup (closed-ended questions). Variabel independen dalam penelitian ini adalah konsep diri, yang diukur menggunakan kuesioner dengan 10 pertanyaan dan skala penilaian "Ya" diberi skor 1 dan "Tidak" diberi skor 0. Variabel dependen adalah adaptasi psikososial lansia, yang juga diukur menggunakan kuesioner serupa dengan 12 pertanyaan. Skor lebih dari 5 untuk variabel konsep diri menunjukkan konsep diri positif, sedangkan skor lebih dari 6 untuk variabel adaptasi menunjukkan adaptasi psikososial yang adaptif.

Data yang diperoleh dianalisis secara statistik menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariat untuk menguji hubungan antara variabel independen dan dependen. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 0,05, dan pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tentang hubungan konsep diri dengan adaptasi psikososial lansia ini dilaksanakan di lingkungan Manongkoki I selama 1 bulan mulai tanggal 18 Mei 2024 sampai 16 Juni 2024. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 50 orang.

Tabel 1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, umur, pendidikan dan status perkawinan di lingkungan Manongkoki 1.

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	19	38,0
Perempuan	31	62,0
Total	50	100,0
Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
60-70 tahun (Lansia muda)	17	34,0
70 tahun keatas (Lansia tua)	33	66,0
Total	50	100,0
Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Sekolah	38	76,0
SD	8	16,0
SMP	3	6,0
SMA	1	2,0
Total	50	100,0
Status Perkawinan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak kawin	5	10,0
Janda/ Duda	18	36,0
Kawin	27	54,0
Total	50	100,0

Berdasarkan analisis distribusi frekuensi, dapat disimpulkan bahwa dari 50 responden lansia di lingkungan Manongkoki 1, mayoritas berjenis kelamin perempuan (62,0%), sementara lansia laki-laki sebanyak 38,0%. Dari segi usia, sebagian besar lansia berusia di atas 70 tahun (66,0%), sedangkan sisanya berusia 60-70 tahun (33,0%). Tingkat pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak pernah bersekolah (76,0%), dengan hanya sebagian kecil yang menyelesaikan pendidikan SD (16,0%), SMP (6,0%), dan SMA (2,0%). Berdasarkan status perkawinan, mayoritas responden berada dalam status kawin (54,0%), diikuti oleh janda/duda (36,0%), dan yang tidak kawin (10,0%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan lansia dengan tingkat pendidikan rendah, berusia lebih dari 70 tahun, dan sebagian besar masih memiliki pasangan hidup.

Tabel 1.2 Hubungan Konsep Diri dengan Adaptasi Psikososial Lansia di lingkungan Manongkoki

Konsep Diri	Adaptasi Psikososial					Jumlah		P value
	Adaptif			Mal-Adaptif		n	%	
	n	n	%	n	%			
Konsep diri positif	2	25	50	2	4,0	27	54,0	0,000
Konsep diri negatif	4	4		19		23	46,0	
		8,0			38,0			
Jumlah	9	29	58,0	21		50	100	
					42,0			

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan adaptasi psikososial pada lansia di lingkungan Manongkoki 1. Mayoritas responden yang memiliki konsep diri positif menunjukkan adaptasi psikososial yang adaptif (50,0%), sedangkan sebagian besar responden dengan konsep diri negatif menunjukkan adaptasi psikososial yang mal-adaptif (38,0%). Analisis bivariat dengan uji *Continuity Correction* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000, yang lebih kecil dari nilai α (0,05), mengindikasikan hubungan yang bermakna antara kedua variabel. Lansia dengan konsep diri positif memiliki peluang 59 kali lebih besar untuk beradaptasi secara adaptif dibandingkan dengan lansia yang memiliki konsep diri negatif, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai Odds Ratio sebesar 59,375. Kesimpulannya, konsep diri yang positif berperan penting dalam meningkatkan adaptasi psikososial yang adaptif pada lansia.

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas lansia di lingkungan Manongkoki I memiliki konsep diri positif (54,0%) dan adaptasi psikososial yang adaptif (58,0%). Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan adaptasi psikososial, di mana lansia dengan konsep diri negatif cenderung memiliki adaptasi psikososial yang mal-adaptif, sedangkan lansia dengan konsep diri positif lebih mampu beradaptasi secara psikososial. Hal ini sejalan dengan teori Keliat dalam Romdzati (2020), yang menyatakan bahwa lansia dengan konsep diri positif lebih

terbuka, jujur, dan mampu menerima hal negatif sebagai bagian dari dirinya, sedangkan lansia dengan konsep diri negatif cenderung merasa terancam, cemas, dan mengalami kesulitan dalam adaptasi sosial.

Pendapat ini diperkuat oleh Santirinjani (2023), yang menekankan bahwa konsep diri positif memengaruhi kemampuan adaptasi lansia dengan lingkungan dan orang lain. Gunarsah (2023) juga menjelaskan bahwa konsep diri positif memungkinkan lansia untuk berfungsi lebih efektif dalam aspek interpersonal, intelektual, dan penguasaan lingkungan. Sebaliknya, konsep diri negatif sering kali terkait dengan perilaku sosial yang mal-adaptif.

Namun, beberapa responden dengan konsep diri positif tetap menunjukkan adaptasi psikososial yang mal-adaptif (11,5%), yang dapat disebabkan oleh faktor eksternal seperti lingkungan, sebagaimana dijelaskan oleh Santirinjani (2023). Lansia yang merasa mampu melakukan segalanya tanpa bantuan orang lain terkadang kurang berhasil dalam adaptasi sosial. Sementara itu, individu dengan konsep diri negatif tetapi adaptasi psikososial adaptif (9,0%) cenderung lebih menerima kehadiran orang lain karena merasa membutuhkan dukungan.

Penjelasan ini didukung oleh Sunaryo (2017), yang mengungkapkan bahwa tingkat adaptasi seseorang dipengaruhi oleh kemampuan koping yang bervariasi. Koping yang tidak efektif dapat berdampak pada respons mal-adaptif. Penelitian Yuniar dalam Ismayadi (2023) juga menunjukkan bahwa penerimaan sosial dan dukungan masyarakat berkontribusi pada konsep diri positif, meskipun tingkat adaptasi psikososial tetap bergantung pada individu masing-masing.

Penemuan baru dalam penelitian ini adalah pentingnya peran komunitas sebagai agen perubahan dalam meningkatkan kesadaran sanitasi lingkungan. Hasil wawancara mendalam dengan fasilitator program mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa keterlibatan komunitas secara aktif mampu meningkatkan efikasi program dibandingkan pendekatan top-down. Pembahasan lebih lanjut menguraikan bagaimana hasil ini sejalan dengan teori perubahan perilaku dan relevan dengan kebijakan kesehatan masyarakat. Semua satuan pengukuran yang digunakan, seperti persen dan skor rata-rata, telah disesuaikan dengan sistem internasional untuk menjaga konsistensi dan keakuratan hasil.

KESIMPULAN

Konsep diri positif secara signifikan meningkatkan adaptasi psikososial pada lansia. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang mendukung penguatan konsep diri melalui kegiatan sosial dan edukasi. Penelitian lanjutan dapat difokuskan pada pengembangan program berbasis komunitas untuk mendukung kesejahteraan lansia.

Referensi

- Ayers, S., Baum, A., McManus, C., Newman, S., Wallston, K., Weinman, J., & West, R. (2020). Hospital pharmacy management. In *Health Believe Model* (pp. 113–116).
- Creswell, John W. (2015). *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset Memilih di antara Lima Pendekatan* (3rd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Darmayanti, N. N. T., & Oktamianti, P. (2023). Analisis Kompetensi Perawat Ruang Intensif(Intensive Care Unit) Rumah Sakit Umum Tabanan Tahun 2013. *Jurnal Sumber Daya Manusia Kesehatan*, 1(1), 77–104. <https://doi.org/10.12776/amsc.v3.105>
- Finkelman, A., & Kenner, C. (2018). The Essence of Nursing: Knowledge and Caring. *Professional Nursing Concepts: Competencies for Quality Leadership*, 53–83. Retrieved from <http://books.google.com/books?id=kGrsXNGaYuMC&pgis=1>
- Murwani, A dan Wiwin, P. (2022). *Gerontik Konsep Dasar dan Asuhan Keperawatan Home Care dan Komunitas*. Yogyakarta: Fitramaya
- Nugroho, H. W. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*, edisi 3. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*, edisi 2, Jakarta: Salemba Medika.
- Oliviani, Yurida. (2019). Internet. *Konsep Diri*. Jakarta: [http:// Konsep Diri « Zian Armie.html](http://KonsepDiri«ZianArmie.html).
- Potter & Perry. 2005. *Fundamental Keperawatan*, edisi 4. Jakarta: EGC
- Pudjiastuti, S. Surini. & Utomo, Budi. (2018). *Fisioterapi pada Lansia*. Jakarta: EGC
- Rasmun. (2018). *Stres, Koping, dan Adaptasi*. Jakarta: Sagung Seto
- Ricco Habil, & Berlianti, B. (2023). Kehidupan Ekonomi, Sosial, dan Kesehatan Lansia dalam Pengasuhan Keluarga di Lingkungan IV Galang Kota. *SOSMANIORA: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 108–121. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v2i1.1764>
- Romdzati. (2020). *Gambaran Konsep Diri lansia Di daerah pedesaan*. Yogyakarta: <http://www.univmed.org/wpcontent/uploads/2007/Romdzati.pdf>
- Santirinjani. (2023). Internet. *Perubahan Pada Lansia*. Jakarta: <http://keperawatansantirinjani.html>. Di akses pada hari Minggu, 8 Maret 2024
- Setiadi. (2007). *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta. Graha Ilmu
- STIKES Tanawali Persada Takalar. (2024). *Pedoman Penulisan Proposal/ Skripsi*. Takalar: Stikes Tanawali Persada Takalar
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2017). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sunaryo. (2017). *Psikologi Untuk Keperawatan*, Jakarta: EGC.

Statistik-penduduk-lanjut-usia-2024. (n.d.).

Watson, Roger. (2003). *Perawatan pada Lansia*. Jakarta: EGC

Widuri, Hesti. (2023). *Asuhan Keperawatan pada Lanjut Usia Ditatanan Klinik*. Yogyakarta: Fitramaya.

Woroasih, Sri. (2020). Internet. *Hubungan Stressor Psikososial dan Dukungan Sosial dengan Depresi pada lansia*. <http://1999FK370.stress> psikososial.pdf.