

**TINGKAT RESILIENSI USIA LANJUT
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA ABIYOSO, PAKEM, SLEMAN, YOGYAKARTA**

ARTIKEL *E-JOURNAL*

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Diah Erlita Widowati
NIM 11104241029

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
NOVEMBER 2015**

PERSETUJUAN

Artikel *e-journal* yang berjudul **“TINGKAT RESILIENSI USIA LANJUT DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA ABIYOSO, PAKEM, SLEMAN, YOGYAKARTA”** yang disusun oleh Diah Erlita Widowati, NIM 11104241029 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk dipublikasikan.

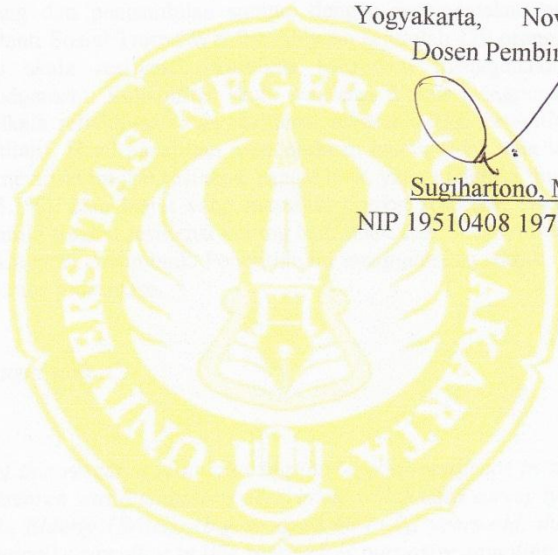
Yogyakarta, November 2015

Dosen Pembimbing



Sugihartono, M. Pd

NIP 19510408 197803 1 002



TINGKAT RESILIENSI USIA LANJUT DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA ABIYOSO, PAKEM, SLEMAN, YOGYAKARTA

THE LEVEL OF ELDERLY RESILIENCE IN ABIYOSO'S ELDERLY HOSTELS, PAKEM, SLEMAN, YOGYAKARTA

Oleh: Diah Erlita Widowati, Universitas Negeri Yogyakarta, diaherlita.de@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat resiliensi usia lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso. Pendekatan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif menggunakan jenis penelitian survey. Subyek penelitian ini adalah usia lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso yang berusia 60 hingga 73 tahun sejumlah 39 orang dan pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling, dengan populasi usia lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso sejumlah 129 orang. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala resiliensi. Validitas instrumen menggunakan validitas logis dengan menggunakan expert judgement. Reliabilitas skala resiliensi diukur menggunakan analisis uji reliabilitas alpha cronbach. Hasil skala reliabilitas skala resiliensi sebesar 0,932. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak usia lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso yang memiliki tingkat resiliensi sangat baik, yang memiliki tingkat resiliensi baik sejumlah 9 orang usia lanjut (23.1%), usia lanjut yang memiliki tingkat resiliensi cukup baik sejumlah 30 orang (76.9%), dan yang memiliki tingkat resiliensi kurang baik tidak ada. Secara umum, tingkat resiliensi subyek penelitian berada pada kategori cukup baik. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan menggunakan rumus prosentase.

Kata kunci: *resiliensi, usia lanjut.*

Abstract

The objective of this research is to knowing the level of resilience in the Elderly Hostels Abiyoso. The approach in this research was quantitative descriptive which used survey type research. The subject of this study are elderly in Elderly Hostels Abiyoso aged 60 to 73 years old, the number of sampel are 39 people and for the technically sampling in this research is purposive sampling, with the elderly population in Elderly Hostels Abiyoso are 129 people. The method to collect the data was the resilience scale. The instrument validity used logic validity that emphasizes the expert judgment. Resilience scale reliability was measured using Alpha Cronbach reliability test analysis. Result of the reliability scale resilience scale was 0.932. This research used quantitativ descriptive analysis techniques.the result of this research showed that non elderly in Elderly Hostels Abiyoso has a best result in resilience, and has a good resiliences with 9 people or (23.1%), with 30 people (76.9%) has pretty good resiliences, and none of them has a good enough result in resilience. In general, subject has pretty good for categories resiliences. The approach in this research was quantitative descriptive which used prosentation formula.

Keywords: *resilience, elderly*

PENDAHULUAN

Manusia menjalani kehidupan untuk mencapai tujuan tertentu yang berbeda-beda pada setiap individu. Manusia adalah makhluk sosial yang memerlukan orang lain dalam mencapai tujuan hidup dan dapat menjalani kehidupannya, ketika manusia tersebut merasa memiliki orang-orang yang menyayanginya, maka seseorang tersebut akan merasa bahwa hidupnya berharga dan berguna. Manusia dalam rentang hidupnya, melewati tahap-tahap perkembangan dimana dalam tiap tahap kehidupannya memiliki berbagai tugas perkembangannya masing-masing. Tahap-tahap perkembangan pada manusia menurut Hurlock,

(1) Periode Pranatal; masa sebelum kelahiran, (2) Bayi; kelahiran sampai minggu kedua, (3) Masa bayi; akhir minggu kedua sampai akhir tahun kedua, (4) Awal masa kanak-kanak; dua sampai enam tahun, (5) Akhir masa kanak-kanak; enam sampai sepuluh atau dua belas tahun, (6) Masa pubertas; sepuluh atau dua belas sampai tiga belas atau empat belas tahun, (7) Masa remaja; tiga belas atau empat belas sampai delapan belas tahun, (8) Awal masa dewasa; delapan belas sampai empat puluh tahun, (9) Usia pertengahan; empat puluh sampai enam puluh tahun, (10) Masa tua atau usia lanjut enam puluh tahun sampai meninggal (2006: 21-25).

Pada rentang kehidupan manusia tersebut, menurut Hurlock (dalam Rita dkk, 2008:1) terdapat fase-fase yang saling bertentangan yakni pertumbuhan (evolusi) dan fase kemunduran (involusi). Pada awal kehidupan manusia yang berperan adalah evolusi sedangkan involusi lebih berperan pada akhir kehidupan yakni perubahan-perubahan yang bersifat mundur.

Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) terjadi peningkatan UHH. Pada tahun 2000 UHH di Indonesia adalah 64,5 tahun (dengan persentase populasi usia lanjut adalah 7,18%). Angka ini meningkat menjadi 69,43 tahun pada tahun 2010 (dengan persentase populasi usia lanjut adalah 7,56%) dan pada tahun 2011 menjadi 69,65 tahun (dengan persentase populasi usia lanjut adalah 7,58%). (Kementerian Kesehatan RI, 2008: 1)

Menurut data hasil wawancara dengan petugas Pantii Sosial Tresna Werdha (PSTW) Abiyoso, jumlah usia lanjut yang semakin

meningkat itu mengakibatkan semakin banyak usia lanjut yang terlantar secara sosial dan ekonomi yang mengakibatkan usia lanjut tersebut berada di panti sosial. Alasan sosial yang menyebabkan kebanyakan usia lanjut berada di panti sosial yakni jika dilihat dari segi pola pikirnya, para usia lanjut kebanyakan memandang dirinya sudah tua, memiliki banyak pengalaman, harus dihormati, suka mengatur tetapi tidak ingin diatur. Hal tersebut mengakibatkan usia lanjut tersebut mengalami konflik dengan keluarganya dan menyebabkan mereka tinggal di panti sosial.

Usia lanjut yang tinggal di PSTW Abiyoso ini memiliki jumlah keseluruhan 126 orang (maksimal), dimana panti sosial ini memberikan dua macam pelayanan, yaitu: (1) pelayanan utama diperuntukkan bagi usia lanjut yang terlantar sosial-ekonomi (berjumlah 113 orang) dan seluruh biaya ditanggung pemerintah; dan (2) pelayanan untuk golongan menengah atas (jumlah maksimal 13 orang) dan membayar. Berdasarkan jumlah maksimal yang ditentukan oleh PSTW Abiyoso tersebut, menurut hasil wawancara dengan petugas panti sosial ini ternyata masih banyak daftar tunggu usia lanjut yang akan dijadikan klien di panti sosial ini. Seperti yang penulis lihat saat sedang berkunjung ke panti sosial tersebut, terdapat seorang ibu paruh baya yang sedang menanyakan perihal persyaratan menjadi klien di panti sosial tersebut, akan tetapi petugas menjawab bahwa daftar tunggu klien di panti sosial tersebut sudah sangat banyak sehingga ibu paruh baya tersebut tidak jadi menitipkan orangtuanya ke panti sosial

tersebut, melainkan menanyakan apakah ada panti sosial lain yang masih dapat menampung orangtuanya dalam waktu dekat.

Usia lanjut yang dapat tinggal dan menjadi klien di PSTW Abiyoso ini diharuskan memenuhi beberapa persyaratan, yaitu antara lain: (1) Berusia 60 tahun keatas, (2) Sehat jasmani dan rohani ketika masuk, (3) Mandiri (dapat makan, mandi dan mengurus keperluan pribadi secara mandiri), (4) Ketika klien merasa tidak kersan atau meninggal, klien dikembalikan kepada penanggungjawab, (5) Klien berada di panti dengan sukarela (6) Antara keluarga dan klien harus tetap ada komunikasi dan menjenguk klien.

Persyaratan-persyaratan untuk menjadi klien di PSTW Abiyoso tersebut dalam prakteknya ternyata ada yang tidak terpenuhi, seperti klien yang berada di panti sosial ini harus dengan sukarela. Pada kenyataannya ternyata ada klien yang dibohongi oleh keluarganya agar mau untuk tinggal di panti tersebut.

Persyaratan lainnya yang terkadang tidak terpenuhi adalah adanya komunikasi antara pihak keluarga dengan klien yang seharusnya tetap terjaga guna meningkatkan motivasi dari para klien tersebut.

Persyaratan lainnya yang terkadang ada yang tidak terpenuhi adalah ketika klien merasa tidak betah tinggal di panti tersebut, maka akan dikembalikan ke penanggungjawab. Menurut hasil wawancara dengan petugas panti, ada beberapa klien yang tidak betah berada di panti tersebut, namun penanggungjawab tidak dapat dimintai pertanggung jawaban untuk mengembalikan klien tersebut.

Menurut hasil observasi dan wawancara terhadap petugas panti, perawat yang praktek dan usia lanjut di PSTW Abiyoso tersebut dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang dialami para usia lanjut kebanyakan adalah berkaitan dengan perasaan kecewa karena tidak pernah dijenguk dan diberikan motivasi oleh keluarganya, sehingga mereka merasa kesepian, sendiri dan memiliki beban hidup yang sangat berat. Hal tersebut dikarenakan sesungguhnya para usia lanjut membutuhkan orang-orang terdekat yang menyayanginya agar dapat terus *men-support* dirinya.

Resiliensi merupakan ranah bimbingan pribadi sosial dimana menurut Hiew (dalam Fransisca dkk: 103) mengatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan adaptasi yang ada dalam diri individu untuk mengatasi permasalahan yang sulit dalam hidupnya dan tetap terbebas dari simtom psikopatologi.

Dalam tahap perkembangan usia lanjut sangat diperlukan adanya resiliensi dalam rangka menyesuaikan diri dan bertahan dalam keadaan yang malang dan/atau tidak menyenangkan dalam hidupnya, terlebih untuk para usia lanjut yang tinggal di panti sosial. Adanya resiliensi tersebut akan berpengaruh terhadap pencapaian kebahagiaan di usia lanjut.

Resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002: 36-46) memiliki tujuh aspek pembentuk, yaitu: (1) regulasi emosi, (2) pengendalian impuls, (3) optimisme, (4) kemampuan menganalisis masalah, (5) empati, (6) efikasi diri, dan (7) pencapaian.

Menurut penuturan petugas panti terdapat beberapa klien di PSTW Abiyoso yang dapat dengan mudah menyesuaikan dan melenturkan diri dengan lingkungan panti, yaitu klien yang memiliki sikap ‘lembah manah’ dan ‘nerimo’ sehingga klien tersebut dapat meregulasi emosinya, mengendalikan keinginan-keinginan negatifnya, mampu menganalisis masalah serta memiliki pencapaian yang lebih baik.

Berdasarkan data wawancara dan observasi diatas dapat disimpulkan bahwa usia lanjut merupakan usia sulit dalam hidup berkaitan dengan permasalahan kesehatan, menurunnya kondisi fisik dan hubungan sosial serta diperlukan adanya resiliensi (penyesuaian diri/kelenturan dalam menghadapi permasalahan dan kesengsaraan hidup) khususnya bagi usia lanjut yang berada di PSTW Abiyoso yang tinggal jauh dari keluarganya. Usia lanjut berada di PSTW Abiyoso cenderung memiliki kemampuan beresiliensi yang cukup rendah, maka hal tersebut mendukung “Tingkat Resiliensi pada Usia Lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso” untuk diteliti.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah penelitian survey dengan pendekatan kuantitatif deskriptif.

Tempat dan waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus - 19 September 2015 di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso, Pakem, Sleman, Yogyakarta.

Subyek Penelitian

Subyek dari penelitian ini adalah usia lanjut yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso dengan usia 60 hingga 74 tahun, yang berjumlah 39 orang dari jumlah keseluruhan usia lanjut di PSTW Abiyoso sebanyak 126 orang. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* untuk pengambilan sampelnya. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan memperhatikan pertimbangan-pertimbangan atau tujuan tertentu (Wuradji, 2006: 58). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2013: 33), *purposive sampling* yaitu menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dipandang dapat memberikan data secara maksimal. Tujuan dari dipilihnya sampel penelitian tersebut adalah memilih usia lanjut yang tidak terlalu tua untuk memudahkan komunikasi dalam rangka pengisian instrumen penelitian.

Prosedur Penelitian

Peneliti melaksanakan penelitian dengan yang terdiri dari rangkaian kegiatan observasi dan pembagian skala resiliensi uji coba untuk mengetahui reliabilitas instrumen kepada 30 orang usia lanjut di PSTW Abiyoso. Setelah instrumen reliabel maka peneliti melakukan penelitian yang sebenarnya dengan membagikan angket skala resiliensi kepada 39 orang usia lanjut.

Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala resiliensi. Dalam penelitian ini, pengujian instrumen menggunakan

uji validitas logis melalui *expert judgement* yang terdiri dari 34 item berdasarkan *expert judgement* yang telah dilakukan tersebut terdapat beberapa item yang tidak relevan dengan kisi-kisi instrumen dan item-item yang diperbaiki yaitu nomor 1, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 26, 30, 31, dan 33 serta telah dilakukan perbaikan oleh peneliti sesuai dengan kisi-kisi. Dalam pengujian reliabilitas instrumen menggunakan bantuan SPSS versi 21 dengan memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.932. selanjutnya dilakukan uji keterbacaan instrumen pada beberapa usia lanjut dengan memberikan penilaian terhadap pengantar instrumen, petunjuk pengerjaan, dan istilah atau kata-kata dalam instrumen.

Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini, analisis data dilakukan secara kuantitatif deskriptif terhadap data-data angka yang dihasilkan dari hasil skala resiliensi diolah melalui beberapa tahapan, yakni mengukur harga *mean* (M), simpangan baku atau standar deviasi (SD), nilai minimal dan nilai maksimal. Kemudian setelah didapatkan data tersebut, dilakukan pengkategorisasian atau penggolongan dengan rumus menurut Saifudin Azwar (2010: 108) sebagai berikut:

Sangat Baik	: Mean + 1,5 StandarDeviasi ≤ X ≤ maksimal
Baik	: Mean ≤ X < Mean + 1,5 StandarDeviasi
Cukup Baik	: Mean – 1,5 StandarDeviasi ≤ X < Mean
Kurang Baik	: Minimal ≤ X < Mean – 1,5 StandarDeviasi

Kemudian kriteria untuk dapat mendeskripsikan tingkat resilliensi dilakukan dengan menghitung nilai presentase dari masing-

masing aspek. Adapun rumus untuk menghitung nilai presentase sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n}$$

Keterangan : p = persentase

f = frekuensi yang sedang dicari

n = jumlah total frekuensi

Angka presentase dari hasil perhitungan ditafsirkan kedalam kalimat-kalimat yang berisikan gambaran atau deskripsi tentang resiliensi pada usia lanjut di PSTW Abiyoso. Langkah berikutnya dapat ditarik kesimpulan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data yang telah diperoleh peneliti mengenai tingkat resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso dengan cara menyebar 39 angket skala kepada subyek yaitu usia lanjut di PSTW Abiyoso. Keseluruhan angket skala kembali sesuai dengan jumlah yang disebarkan oleh peneliti yaitu sebanyak 39 angket. Peneliti mengkategorisasikan subyek peneliti menjadi empat tingkatan yang memiliki tingkat resiliensi sangat baik, tingkat resiliensi baik, tingkat resiliensi cukup baik dan tingkat resiliensi kurang baik dengan menggunakan rumus pengkategorisasian yang telah ditentukan sebelumnya.

Karakteristik subjek dalam penelitian ini apabila ditinjau dari jenis kelamin, subyek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 usia lanjut (89.74%), dan yang berjenis kelamin laki – laki sebanyak 4 usia lanjut (10.26%). Sehingga dapat dikatakan mayoritas subyek penelitian ini berjenis kelamin perempuan. Selain itu, subjek

berdasarkan usia bahwa jumlah subyek yang berusia 60 tahun sejumlah 3 usia lanjut (7.70%), yang berusia 61 tahun sejumlah 1 usia lanjut (2.54%), yang berusia 62 tahun sejumlah 1 usia lanjut (2.54%), yang berusia 64 tahun sejumlah 3 usia lanjut (7.70%), yang berusia 65 tahun sejumlah 3 usia lanjut (7.70%), yang berusia 66 tahun sejumlah 3 usia lanjut (7.70%), yang berusia 67 tahun sejumlah 3 usia lanjut (7.70%), yang berusia 68 tahun sejumlah 2 usia lanjut (5.13%), yang berusia 69 tahun sejumlah 2 usia lanjut (5.13%), yang berusia 70 tahun sejumlah 7 usia lanjut (17.96%), yang berusia 71 tahun sejumlah 4 usia lanjut (10.26%), yang berusia 72 tahun sejumlah 1 usia lanjut (2.54%), yang berusia 73 tahun sejumlah 6 usia lanjut (15.39%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa subyek penelitian ini berada pada rentang usia 60 tahun hingga 73 tahun, dan mayoritas pada usia 70 tahun.

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Data yang dikumpulkan dari 39 responden diperoleh hasil pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Deskripsi Data Resiliensi

Deskripsi Data	Skor
Jumlah	39
Nilai Minimum	34
Nilai Maksimum	136
Mean	85
Standar Deviasi	17

Dari data diatas, dapat diketahui bahwa nilai minimum sebesar 34, nilai maksimum sebesar 136, mean sebesar 85 dan standar deviasi sebesar 17. Berdasarkan nilai mean dan standar deviasi dari data subyek penelitian maka dapat dilakukan pengkategorisasian berdasarkan rumus pengkategorisasian yang telah ditentukan

sebelumnya. Resiliensi digolongkan menjadi 4 kategori menggunakan rumus standar kriteria objek yaitu tingkat resiliensi sangat baik, baik, cukup baik, dan kurang baik.

Tabel 2. Distribusi Kategori Resiliensi

Variabel	Kriteria Kategori	Kategori	N	Persentase
Resiliensi	111-136	Sangat Baik	0	0%
	85-110	Baik	9	23.1 %
	60-84	Cukup Baik	30	76.9 %
	34-59	Kurang Baik	0	0 %
TOTAL			39	100 %

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa bahwa usia lanjut di PSTW Abiyoso yang memiliki tingkat resiliensi sangat baik tidak ada, yang memiliki tingkat resiliensi baik sejumlah 9 orang usia lanjut (23.1%), yang memiliki tingkat resiliensi cukup baik sejumlah 30 orang (76.9%), dan yang memiliki tingkat resiliensi kurang baik tidak ada. Secara umum, tingkat resiliensi subyek penelitian berada pada kategori cukup baik.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tingkat resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso yang berada pada kategori sangat baik tidak ada, kemudian yang berada pada kategori baik sejumlah 9 orang usia lanjut (23.1 %). Hal ini menunjukkan bahwa usia lanjut yang memiliki tingkat resiliensi baik memiliki kepercayaan diri, keingintahuan (*curiosity*), disiplin diri, harga diri dan kontrol atas lingkungan yang baik (Beardslee dan Masten dalam Nur Rohmah, 2011: 5). Tidak adanya tingkat resiliensi pada usia lanjut yang berada pada kategori kurang baik dikarenakan adanya bermacam-macam kegiatan yang disediakan oleh panti untuk mengisi waktu dan keseharian mereka sehingga para usia lanjut dapat meningkat

kemampuannya dalam beresiliensi. Selain itu juga dikarenakan adanya budaya jawa yang menerima keadaan (*narimo ing pandum*) dan tidak banyak menuntut sehingga para usia lanjut tersebut terbiasa belajar beresiliensi seperti yang ada pada budaya yang dianutnya.

Pada kategori cukup baik sejumlah 30 orang (76.9 %), hal ini menunjukkan bahwa para usia lanjut sedikit percaya pada kemampuan dirinya, cukup sulit tertarik dengan hal-hal baru disekelilingnya, cukup dapat mengontrol diri, dan sedikit menghargai diri sendiri (Beardslee dan Masten dalam Nur Rohmah, 2011: 5). Sedangkan tidak terdapat usia lanjut di PSTW Abiyoso yang berada pada kategori kurang baik. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kecenderungan cukup baik dalam hal beradaptasi dan melenturkan diri dalam setiap menghadapi permasalahan.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang cukup baik dalam hal menjaga amarah pada teman yang sedang membicarakan hal yang sedang tidak di senangi, cukup dapat mengatur perasaan kesal jika disalahkan oleh orang lain, cukup mampu mengerjakan tugas ketika sedang merasa kesepian, dan cukup mampu mengontrol rasa malas untuk mengikuti kegiatan panti.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang baik dalam memilih pekerjaan mana yang lebih penting dan lebih bermanfaat untuk dikerjakan, dapat mengutamakan tugas agar tidak terbengkalai, serta cukup bisa

memusatkan pikiran pada hal yang menurut mereka penting.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang baik dalam meyakini bahwa situasi yang sulit akan berubah menjadi lebih baik, cukup dapat mengontrol bayangan buruk terhadap masa depan, dapat mempercayai bahwa kebaikan yang dilakukan akan berbuah manis pada masa yang akan datang, cukup dapat mengontrol kekhawatirannya terhadap kesehatan masa depannya.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengetahui penyebab timbulnya masalah dan cukup mengerti pentingnya mengetahui penyebab permasalahan, cukup dapat menemukan beberapa alternatif penyelesaian masalah ketika timbul permasalahan, dan dapat mempertimbangkan resiko dalam setiap pemecahan masalah.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memahami apa yang dirasakan orang lain, cukup dapat memahami perasaan orang lain berdasarkan nada bicaranya, dan cukup bisa mengerti perasaan orang lain berdasarkan pada mimik wajahnya.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang cukup baik dalam hal mempercayai kemampuan diri dalam menyelesaikan permasalahan, cukup baik dalam hal meyakini bahwa diri sendiri dapat membawa pada kebahagiaan suatu hari nanti, kurang dapat memimpin teman-temannya, dan mampu tidak bergantung pada orang lain dalam mengerjakan banyak hal.

Usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki kemampuan yang baik dalam hal mencoba kegiatan-kegiatan baru untuk membuat diri menjadi lebih baik, sering merasa curiga dengan orang-orang baru disekitar mereka, cukup bisa mengambil pelajaran dari kegagalan untuk masa yang akan datang, dan kurang berani jika harus menjadi satu-satunya orang yang bertanggung jawab.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil analisis yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso tidak ada yang berada pada kategori sangat baik, kemudian yang berada pada kategori baik sejumlah 9 orang usia lanjut (23.1 %). Selanjutnya pada kategori cukup baik sejumlah 30 orang (76.9 %), dan tidak terdapat usia lanjut di PSTW Abiyoso yang berada pada kategori kurang baik.

Tingkat resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso apabila ditinjau berdasarkan aspek-aspeknya adalah sebagai berikut:

1. Pada aspek regulasi emosi yang berada pada kategori sangat baik sejumlah 2 orang (5.1%), kategori baik sejumlah 10 orang (25.6%), kategori cukup baik sejumlah 24 orang (61.5%), dan kategori kurang baik sejumlah 3 orang (7.7%).
2. Pada aspek pengendalian impuls yang berada pada kategori sangat baik sejumlah 5 orang (12.8%), kategori baik sejumlah 19 orang (48.7%), kategori cukup baik sejumlah 15 orang (38.5%), dan kategori kurang baik tidak ada.
3. Pada aspek optimisme yang berada pada kategori sangat baik sejumlah 4 orang (10.3%), kategori baik sejumlah 9 orang (23.1%), kategori cukup baik sejumlah 22 orang (56.4%), dan kategori kurang baik sejumlah 4 orang (10.3%).
4. Pada aspek kemampuan menganalisis masalah yang berada pada kategori sangat baik sejumlah 1 orang (2.6%), kategori baik sejumlah 17 orang (43.6%), kategori cukup baik sejumlah 21 orang (53.8%), dan kategori kurang baik tidak ada.
5. Pada aspek empati yang berada pada kategori sangat baik tidak ada, kategori baik sejumlah 6 orang (15.4%), kategori cukup baik sejumlah 31 orang (79.5%), dan kategori kurang baik sejumlah 2 orang (5.1%).
6. Pada aspek efikasi diri yang berada pada kategori sangat baik sejumlah 4 orang (10.3%), kategori baik sejumlah 7 orang (17.9%), kategori cukup baik sejumlah 28 orang (71.8%), dan kategori kurang baik tidak ada.
7. Pada aspek pencapaian yang berada pada kategori sangat baik sejumlah 5 orang (12.8%), kategori baik sejumlah 6 orang (15.4%), kategori cukup baik sejumlah 26 orang (66.7%), dan kategori kurang baik sejumlah 2 orang (5.1%).

Saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan di atas, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian yang didapat bahwa usia lanjut di PSTW Abiyoso memiliki tingkat resiliensi mayoritas cukup baik. Oleh karena itu diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi dan informasi bagi Kepala PSTW Abiyoso dalam hal meningkatkan resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso dengan cara membuat kebijakan dan program-program yang dapat baru yang lebih menarik untuk para usia lanjut dan disesuaikan dengan aspek-aspek pembentuk resiliensi yang memiliki hasil rendah. Program yang disarankan adalah program yang berkaitan dengan bimbingan psikologi, berkaitan dengan bagaimana cara mengatur emosi, meningkatkan optimisme, menjalin hubungan baik dengan lingkungan sekitar, dan bagaimana cara mengambil pelajaran berharga dari pengalaman-pengalaman yang sedang dijalani atau telah dilewati.
2. Bagi pengasuh PSTW Abiyoso diharapkan untuk lebih memberikan perhatian yang lebih baik lagi untuk para usia lanjut yang diasuhnya, pengasuh juga dapat memberikan *support* agar para usia lanjut merasa nyaman tinggal di PSTW Abiyoso sehingga dapat mengurangi beban pikiran atau permasalahan yang dialami oleh masing-masing usia lanjut sehingga optimisme dan keyakinan diri para usia lanjut meningkat.
3. Bagi usia lanjut diharapkan dapat melatih resiliensi diri dengan cara mengikuti setiap kegiatan yang ada di PSTW Abiyoso, selain itu para usia lanjut juga dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang disenangi untuk mengisi waktu senggang diluar kegiatan panti sehingga para usia lanjut juga memiliki waktu yang produktif demi menghindari munculnya pikiran-pikiran negatif sehingga dapat meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri dan optimisme. Selain itu diharapkan para usia lanjut dapat bersosialisasi dengan para usia lanjut lainnya untuk dapat meningkatkan empati dan melatih emosi agar tetap dalam keadaan yang positif.
4. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberikan hasil penelitian berkaitan dengan resiliensi dengan lebih baik lagi, diantaranya:
 - a. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode kualitatif agar mendapatkan hasil data yang lebih mendalam mengenai resiliensi usia lanjut di PSTW Abiyoso.
 - b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperdalam dan memperbanyak kajian teori mengenai resiliensi.
 - c. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjangkau usia lanjut di PSTW abiyoso dari semua segi usia.

Daftar Pustaka

- Bustan, M., N. 2007. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta
- Fransisca dkk. Jurnal Psikologi Vol. 2 No. 2, Desember 2004 hal.101-120. *Hubungan Antara Resiliensi Dengan Depresi Pada Perempuan Pasca Pengangkatan Payudara (Mastektomi)*
- Giriwijoyo, S dan Komariyah, L. 2002. *Olahraga Kesehatan dan Kesegaran Jasmani pada Usia lanjut*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia
- Grotberg, Edith. 1995. *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit*. The International Resilience Project. Bernard van Leer Foundation Early Childhood Development: Practice and Reflections Number 8.
- Hartuti & Frieda M. Mangunsong. *Pengaruh Faktor-Faktor Protektif Internal dan Eksternal pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus Murid Miskin (BKMM) Di SMA Negeri di Depok*. Jurnal Psikologi Indonesia Himpunan Psikologi Indonesia, 2009, Vol VI, No. 2, 107-119.
- Hurlock, Elizabeth, B., 2006. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Jennifer L. Short. 2009. *What Counselor Need to Know about Resiliency In Adolescence*. Journal Adv Counseling 31: 312-227.
- Kementrian Kesehatan RI. 2013. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta.
- Mamta and Nov Rattan Sharma. *Resilience and Self-efficacy as Correlates of Well-being among the Elderly Persons*. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology July 2013, Vol.39, No.2, 281-288.
- Nugroho, Wahyudi, 2000. *Keperawatan Gerontik Edisi kedua*. Jakarta: EGC.
- Nur Rohmah H. Q. Jurnal Psikologi 2011. *Resilient Personality: Strategi Mencapai Kebahagiaan Lansia*.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York : Broadway Books.
- Rita Eka Izzaty, dkk. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Saifuddin Azwar. 2006. *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2010. *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Sugiyono. 2006. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfa Beta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- _____. 2013. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Windle, G., Woods R. T., & Markland, D., A. 2010. *Living With Ill-Health in Older Age: Role of Resilient Personality*. Journal of Happiness Studies,11, 763-777.
- Wuradji. 2006. *Panduan Penelitian Survei*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta.