

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. *Successful Aging*

##### 1. Pengertian *Successful Aging*

Konsep *successful aging* diperkenalkan pada tahun 1986, yang kemudian Rown dan Kahn (1987) mendefinisikan *successful aging* sebagai individu yang sudah lanjut usia yang tercegah dari berbagai penyakit, mampu untuk memelihara fungsi fisik dan kognitif yang tinggi serta mempunyai keterikatan positif dengan kehidupannya. Kemudian oleh Rowe dan Khan (1987) dinyatakan terdapat tiga komponen dari *successful aging*, Pertama yaitu meminimalisir munculnya berbagai penyakit dan akibat yang berhubungan dengan penyakit tersebut, kedua yaitu mengelola secara baik fungsi–fungsi fisik maupun psikis, dan ketiga yaitu keterlibatan aktif dengan kehidupan (Rowe & Khan, 1997).

Hurlock (2004) mengatakan bahwa *successful aging* adalah mereka yang secara fisik dan mental tetap aktif dimasa tua tidak terlampau menunjukkan kemunduran fisik dan mental dibanding dengan mereka yang menganut filsafat “kursi goyang” terhadap masalah usia tua dan menjadi tidak aktif karena kemampuan-kemampuan fisik dan mental mereka sedikit sekali memperoleh rangsangan.

Suardiman (2011) juga berpendapat bahwa *successful aging* adalah suatu kondisi dimana seorang lansia tidak hanya berumur panjang tetapi juga umur panjang dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan



kehidupan sosial. Kondisi demikian sering disebut sebagai harapan hidup untuk tetap aktif. Sebaliknya orang tidak menghendaki umur panjang, apabila umur panjang ini dilalui dalam keadaan sakit.

Menurut Winn (Hamidah dan Aryani, 2012) *successful aging* adalah gambaran seseorang yang merasakan kondisinya terbebas dari penurunan kesehatan fisik, kognitif dan sosial namun tetap memperhatikan faktor-faktor penentu *successful aging* yang tidak terkontrol yang dapat mempengaruhi *successful aging* secara signifikan. Secara lebih mendasar dapat dikatakan bahwa *successful aging* adalah kondisi yang seimbang antara aspek lingkungan, emosi, spiritual, sosial, fisik, psikologis dan budaya.

*Successful aging* sebagai proses yang melibatkan seleksi, optimasi dan kompensasi yang memerlukan prioritas dan pemanfaatan sumber daya serta adaptasi (Baltes dan Baltes, 1990). Konsep *successful aging* dari Baltes dan Baltes dikenal dengan model SOC yaitu *Selection, Optimization, and Compensation*. Model ini berasumsi bahwa setiap individu selalu berada di dalam proses adaptasi secara kognitif yang terjadi secara terus-menerus sepanjang hidupnya, dan bahwa dalam kehidupan seseorang akan selalu terdapat perubahan, baik dalam makna maupun tujuan hidup (Freund & Baltes, 1998).

Dari definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *successful aging* merupakan seorang lanjut usia yang berada di puncak dan telah mengalami tahapan-tahapan dalam perkembangan, serta mampu menghadapi tantangan dalam usianya dengan strategi optimisasi secara selektif dengan kompensasi.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Aspek-aspek *Successful Aging*

Baltes dan Baltes (1990) menjelaskan *successful aging* berfokus pada tiga strategi manajemen perilaku hidup untuk mempertahankan kemerdekaan fungsional dikemudian hari, yaitu *Selection, Optimization, and Compensation (SOC)*.

### a. Seleksi (*selection*)

Seleksi merupakan orientasi perilaku yang akan dipilih oleh lansia untuk mengembangkan hidupnya didasarkan pada suatu konsep bahwa kapasitas orang lanjut usia telah menurun dan kehilangan kemampuan untuk berfungsi, dimana hal ini mengakibatkan turunnya performa mereka di berbagai bidang kehidupan. Orientasi ini berimplikasi pada pembatasan sejumlah kompetensi dan fungsi yang dimiliki oleh seseorang yang mengalami berbagai kemunduran akibat proses penuaan. Dengan kata lain, seleksi merupakan pengembangan dan memilih tujuan.

### b. Optimisasi (*optimization*)

Optimisasi secara umum diartikan sebagai pengalokasian sejumlah sumber untuk mencapai tahapan yang lebih tinggi atas proses seleksi bahwa lansia dapat mempertahankan performa dibeberapa bidang, melalui praktik terus menerus dan penggunaan teknologi baru. Optimisasi merupakan aplikasi dan perbaikan dari tindakan pencapaian tujuan.



c. Kompensasi (*compensation*)

Kompensasi merupakan usaha untuk menentukan tujuan dengan pemaksaan yang baru sehingga menjadi relevan apabila tugas-tugas kehidupan menuntut kapasitas yang melampaui taraf performa saat ini yang secara potensial dimiliki.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Successful Aging*

Berk (dalam Suardiman, 2011) mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian *successful aging*, yaitu :

- a. Optimis serta perasaan efikasi diri dalam meningkatkan kesehatan dan fungsi baik.
- b. Optimisasi secara selektif dengan kompensasi untuk membangun keterbatasan energi fisik dan sumber kognitif sebesar besarnya.
- c. Penguatan konsep diri yang meningkatkan penerimaan diri dan pencapaian harapan.
- d. Memperkuat pengertian emosional dan pengaturan emosional diri, yang mendukung makna, menghadirkan ikatan sosial.
- e. Menerima perubahan, yang membantu perkembangan kepuasan hidup.
- f. Perasaan spiritual dan keyakinan yang matang harapan akan kematian dengan ketenangan dan kesabaran.
- g. Kontrol pribadi dalam hal ketergantungan dan kemandirian.
- h. Kualitas hubungan yang tinggi, memberikan dukungan sosial dan persahabatan yang menyenangkan.



Beberapa pakar lain merumuskan beberapa faktor-faktor yang berperan mencapai *Successful Aging*, yaitu:

#### 1. Faktor Internal Diri

Satlin, Weintraub, Powell & Whitla (dalam Santrock, 2012) menyebutkan bahwa proses penuaan yang berhasil membutuhkan usaha-usaha dan ketrampilan-ketrampilan mengatasi masalah. Orang-orang dewasa lanjut yang mengembangkan suatu komitmen terhadap kehidupan yang aktif dan percaya bahwa pengembangan ketrampilan-ketrampilan mengatasi masalah dapat menghasilkan kepuasan hidup yang lebih besar, cenderung lebih berhasil melalui proses penuaan dibandingkan mereka yang tidak membuat komitmen ini.

#### 2. Faktor Dukungan Sosial

Chappel & Badger, Palmore, dkk (dalam Santrock, 2012) mengatakan bahwa orang-orang dewasa lanjut yang memiliki jaringan sosial pertemanan dan keluarga yang luas, lebih puas dengan hidupnya dibandingkan dengan orang-orang dewasa lanjut yang terisolir secara sosial. Levit, dkk (dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa keterikatan yang dekat dengan satu atau lebih orang lebih penting daripada jaringan dukungan sosial.

#### 4. Lanjut Usia dengan *Successful Aging*

Lanjut usia merupakan tahap perkembangan terakhir pada manusia. Proses menua adalah suatu proses alami pada semua makhluk hidup (Suardiman, 2011). Santrock (2004) menyebutkan bahwa beberapa ahli perkembangan membedakan



antara orang tua muda atau usia tua (usia 65-74 tahun) dan orang tua yang tua atau usia tua akhir (75 tahun atau lebih).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) juga menggolongkan lansia menjadi 4 golongan menjadi usia pertengahan atau *middle age* (45 -59 tahun), lanjut usia atau *elderly* (60 -74 tahun), lanjut usia tua atau *old* (75 – 90 tahun) dan usia sangat tua atau *very old* (diatas 90 tahun). Selain itu departemen Kesehatan RI (1998) mengelompokan lansia yaitu pra usia lanjut (45 – 54 tahun), usia lanjut dini (55 – 64 tahun), usia lanjut (65 tahun keatas) dan usia lanjut dengan resiko tinggi (di atas 70 tahun dan di atas 60 tahun dengan masalah kesehatan). Beberapa penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa lansia adalah orang yang telah berusia 60 tahun ke atas. Hal ini sesuai dengan penggolongan lanjut usia (*elderly*) dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), dan Departemen Kesehatan RI.

Pada tahap lanjut usia ini tugas perkembangan dan adaptasi bagi lansia meliputi keadaan kehilangan teman atau keluarga melalui kematian atau perpindahan lokasi, penyesuaian terhadap masa pensiun, mengatasi keadaan dengan pendapatan yang menurun, bergelut dengan perubahan-perubahan peran sosial, memanfaatkan waktu senggang yang ada dengan baik, penyesuaian terhadap fungsi seksualitas dan fisik, dan menerima kenyataan akan kematian yang tidak terelakkan (Suardiman, 2011).

Individu yang memasuki masa usia lanjut tidak dapat mengelak dari proses penuaan, yang bisa dilakukan hanyalah menghambat proses menua agar tidak terlalu cepat, karena pada hakikatnya dalam proses menua terjadi suatu kemunduran atau penurunan (Suardiman, 2011). Penurunan kondisi yang dialami



oleh lansia cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan fisik dan kesehatan psikis pada lansia serta menimbulkan ketidakpuasan dalam hidup (Fauzi, 2013). Santoso (2008) menyebutkan kesehatan sangat penting bagi lansia dalam menjalani masa-masa tuanya, untuk mempertahankan kesehatan tersebut lansia akan mengerjakan pekerjaan rumah yang mampu dikerjakannya, dikarenakan lansia ingin tetap berguna di usia yang sudah lanjut.

Keinginan untuk tetap mandiri, berguna, dihargai dan tetap aktif berkarya merupakan harapan yang diinginkan oleh para lansia. Hal tersebut bertujuan untuk terhindar dari perasaan kesepian, ketergantungan dan perasaan tidak berdaya. Kondisi lansia yang terjaga kesehatannya, tetap aktif dan mandiri akan menimbulkan rasa percaya diri, harga diri dan perasaan puas (Suardiman, 2011). Pada dasarnya bagi lanjut usia yang diperlukan tidak sekedar berumur panjang tetapi umur panjang dalam kondisi sehat sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi kehidupan social yang sering disebut sebagai harapan hidup untuk tetap aktif (*active life expectancy*). Harapan-harapan positif yang dimiliki lansia akan mengarahkan lansia untuk menjadi senior yang berhasil atau sering disebut dengan *successful aging*.

Menurut Baltes dan Baltes (1990) individu yang *successful aging* adalah individu yang mampu mempertahankan kemerdekaan fungsional yang dimilikinya dengan melakukan strategi manajemen perilaku berupa *selection* (mampu menyeleksi kegiatan sesuai dengan kapasitas dirinya), *optimization* (mampu mengoptimalkan perencanaan/keterampilan yang masih dimilikinya) dan



*compensation* (mampu mengganti/mengolah sumber yang ada sehingga memberikan kompensasi untuk menemukan tujuan hidupnya).

## B. Kecerdasan Emosi

### 1. Pengertian Kecerdasan Emosi

Istilah kecerdasan emosional muncul secara luas pada pertengahan tahun 1990. Sebelumnya Gardner (Goleman, 2009) mengemukakan 8 kecerdasan pada manusia (kecerdasan majemuk). Menurut Goleman (2009) menyatakan bahwa kecerdasan majemuk yang dikemukakan oleh Gardner adalah manifestasi dari penolakan akan pandangan *intelektual quotient* (IQ). Salovey (Goleman, 2009), menempatkan kecerdasan pribadi dari Gardner sebagai definisi dasar dari kecerdasan emosional. Kecerdasan yang dimaksud adalah kecerdasan antar pribadi dan kecerdasan intrapribadi. Kecerdasan emosi dapat menempatkan emosi individu pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik.

Goleman (2009) menyatakan kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain.

Ciarrochi, Forgas dan Mayer, (2001) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai suatu kemampuan mengenal makna emosi dan hubungan emosi-emosi, serta mampu memberikan alasan dan penyelesaian masalah





terhadap kondisi emosi tersebut. Kecerdasan emosional meliputi kemampuan mempersepsikan emosi, memahami emosi, mengerti informasi dari emosi dan mengatur emosi.

Shapiro (dalam Saam, 2012) mendefinisikan kecerdasan emosi adalah kemampuan memantau perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain serta menggunakan informasi untuk mengarahkan pikiran dan tindakan. Individu memiliki kecerdasan emosional tinggi memiliki keyakinan tentang dirinya sendiri, penuh antusias, pandai memilah semuanya dan menggunakan informasi sehingga dapat membimbing pikiran dan tindakan.

Berdasarkan pendapat para ahli, peneliti dapat menyimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan dan memahami secara lebih efektif terhadap daya kepekaan emosi yang mencakup kemampuan memotivasi diri sendiri atau orang lain, pengendalian diri, mampu memahami perasaan orang lain dengan efektif, dan mampu mengelola emosi yang dapat digunakan untuk membimbing pikiran untuk mengambil keputusan yang terbaik.

## 2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi

Goleman (2009) menyatakan bahwa secara umum ciri-ciri seseorang memiliki kecerdasan emosi adalah mampu memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir serta berempati dan berdoa. Lebih

lanjut Goleman (2009) merinci lagi aspek-aspek kecerdasan emosi secara khusus sebagai berikut:

a. Mengenali emosi diri

Mengenali diri artinya mengenal perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Hal ini merupakan kecerdasan emosi dalam bentuk kemampuan memantau perasaan dan kesadaran seseorang akan emosinya.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi adalah kemampuan menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat. Hal ini bergantung pada kesadaran diri seperti kemampuan menghadapi emosi dan memperkirakan berapa lama emosi berlangsung.

c. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri adalah kemampuan untuk menata emosi dalam mencapai tujuan, yaitu kemampuan menahan diri.

d. Mengenali emosi orang lain

Hal ini berkaitan dengan keterampilan bergaul berdasarkan kesadaran diri emosi. Pandai dalam mengenali emosi orang lain, juga memiliki kesadaran yang tinggi.

e. Membina hubungan

Membina hubungan merupakan salah satu kemampuan mengelola emosi orang lain. Agar terampil membina hubungan dengan orang lain, seseorang harus mampu mengenal dan mengelola emosinya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosi tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosi sangat penting untuk dimiliki seseorang. Karena kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk memahami dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain secara efektif, sehingga interaksi dan hasil kerja menjadi lebih produktif. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi, juga akan mendapatkan banyak hal-hal positif untuk dirinya.

### C. Dukungan Sosial Keluarga

#### 1. Pengertian Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan yang dimiliki oleh seseorang dapat mencegah berkembangnya masalah akibat tekanan yang dihadapi. Seseorang dengan dukungan sosial yang tinggi akan lebih berhasil menghadapi dan mengatasi masalahnya dibanding dengan yang tidak memiliki dukungan (Taylor, 2009). Menurut Sarwono dukungan adalah suatu upaya yang diberikan untuk orang lain meliputi moral dan material, yang diberikan dukungan menjadi termotivasi dalam melakukan kegiatan (Purnama, 2013).

Keluarga merupakan konsep yang bersifat multidimensi. Menurut Murdock (dalam Lestari, 2012) keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerjasama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi. Dukungan sosial keluarga sebagai adanya kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau menolong orang yang diterima dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial ini dapat bersumber dari suami-istri, anggota keluarga, teman, dokter dan masyarakat (Sarafino, 1998).



Menurut Gottlieb (dalam Smet, 1994) menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh orang-orang terdekat, karena kehadirannya dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Francis dan Satiadarma mengatakan dukungan sosial keluarga merupakan bantuan sokongan yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga lainnya dalam rangka menjalankan fungsi-fungsi yang terdapat di dalam sebuah keluarga. Menurut *Commision on the Family* bahwa dukungan sosial keluarga dapat memperkuat setiap individu, menciptakan kekuatan keluarga, memperbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mempunyai potensi sebagai strategi pencegahan yang utama bagi seluruh keluarga dalam menghadapi tantangan di dalam kehidupan sehari-hari (Irhayani, 2013).

Berdasarkan teori-teori tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga adalah bantuan berupa saran, nasehat secara verbal maupun nonverbal yang diterima lansia dari keluarga, seperti suami atau istri, anak, orangtua serta kerabat terdekat sebagai wujud perhatian, penghargaan dan kasih sayang, sehingga yang menerima dukungan merasa diperhatikan, dihargai dan disayangi. Dukungan yang diterima diharapkan dapat membantu individu beradaptasi dengan masa pensiun sehingga mampu mencapai kesuksesan di masa tuanya.



## 2. Aspek-aspek Dukungan Sosial Keluarga

Aspek-aspek dukungan sosial keluarga mengacu pada aspek-aspek dukungan sosial (Social Support). Coob, 1976; Cohen & McKay, 1984; House, 1984; Schaefer, Coyne, & Lazarus, 1981; Wills, 1984 (Sarafino, 1998) menjelaskan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki beberapa aspek yaitu:

### a. Dukungan Emosional

Dukungan ini merupakan dukungan yang mencakup rasa empati, peduli dan perhatian terhadap seseorang sehingga memberikan rasa nyaman, dihargai, diperhatikan dan dicintai. Dukungan emosional yang diberikan keluarga pada lansia adalah selalu bersedia mendengar keluh kesah lansia dan mendampingi lansia pada kondisi apapun.

### b. Dukungan Instrumental

Dukungan ini merupakan dukungan yang mencakup bantuan yang diberikan secara langsung atau nyata, sebagaimana seseorang memberikan pinjaman uang atau menolong langsung teman, kerabat yang membutuhkan pertolongan. Melalui dukungan instrumental, keluarga dapat memberikan dukungan secara materi untuk memenuhi kebutuhan hidup lansia.

### c. Dukungan Informasi

Dukungan ini merupakan dukungan yang berfungsi sebagai pengumpul informasi tentang segala sesuatu yang digunakan untuk mengungkapkan suatu masalah. Dengan adanya dukungan informasi



dari keluarga, dapat menambah wawasan lansia untuk mengatasi masalah dan mencapai kesuksesan di masa tuanya.

#### d. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini merupakan dukungan yang terjadi karena adanya ungkapan rasa hormat atau penghargaan, penilaian positif seperti pujian terhadap apa yang telah dilakukan seseorang. Keluarga dapat memberikan dukungan seperti apresiasi terhadap kegiatan yang masih mampu dilakukan oleh lansia.

Berdasarkan pemaparan jenis-jenis dukungan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga merupakan dukungan yang penting di dalam sebuah keluarga. Jenis dukungan yang diterima dan diperlukan sangat berpengaruh terhadap keadaan-keadaan yang di alami seseorang. Secara langsung, dukungan ini mampu memberikan bantuan, memberikan informasi yang dibutuhkan, dan memberikan pujian sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang pada karyawan yang telah pensiun, sehingga orang tersebut merasa nyaman dihargai dan diperhatikan.

### D. Kerangka Berpikir

Kerangka pemikiran penelitian ini menjelaskan hubungan antara variabel kecerdasan emosi dan dukungan sosial keluarga dengan *successful aging*. Teori utama yang digunakan dalam penelitian adalah teori *successful aging* yang di kemukakan oleh Baltes dan Baltes (1990), teori kecerdasan emosi yang di kemukakan oleh Goleman (2009), dan teori dukungan sosial keluarga yang di kemukakan oleh Sarafino (1998).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Masa lanjut usia adalah sesuatu yang pasti akan di alami semua orang di dunia jika berumur panjang. Masa lansia sering dimaknai sebagai masa kemunduran, terutama pada keberfungsian fungsi-fungsi fisik dan psikologis. Menua bukanlah suatu penyakit melainkan proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi stressor dari dalam maupun luar tubuh. Masa lansia bisa juga disertai dengan berbagai penyakit yang menyerang sekalipun tidak semua lansia berpenyakit, tapi kebanyakan lansia rentan terhadap penyakit-penyakit tertentu. Masalah lain yang terjadi adalah kemunduran dari aspek sosial ekonomi. Secara ekonomi, masa lansia merupakan masa pensiun, sehingga produktivitasnya menurun dan otomatis penghasilan juga berkurang atau bahkan jadi nihil.

Sekalipun mengalami kemunduran pada beberapa aspek kehidupannya, bukan berarti lansia tidak menikmati kehidupannya. Lansia pasti memiliki potensi untuk mengisi hari-harinya dengan hal-hal yang bermanfaat dan menghibur. Memasuki masa lansia yang bahagia identik dengan kesiapan untuk menerima segala perubahan dalam aspek-aspek kehidupan. Banyak lansia yang mampu tetap optimal dalam bidang-bidang sosial dan mencapai kondisi yang dikatakan sejahtera, tetapi ada juga lansia yang memilih untuk menarik diri dari tuntutan sosialnya.

Hurlock (2004) mengatakan bahwa pada lansia terjadi kemunduran fungsi fisik dan psikologis secara bertahap, dimana penurunan kondisi tersebut dapat menimbulkan stres pada sebagian lansia. Kondisi khas yang menyebabkan perubahan pada lansia, diantaranya adalah tumbuh uban, kulit mulai keriput, penurunan berat badan dan tanggalnya gigi. Selain itu juga muncul perubahan



yang menyangkut kehidupan psikologis lansia, seperti perasaan tersisih, tidak dibutuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru. Maka dari itu, untuk mengatasi kondisi tersebut dan agar tidak menimbulkan stres, lansia harus bisa menyadari dan mempersiapkan diri untuk menghadapi masa tuanya.

*Successful aging* atau memasuki masa tua dengan sukses tentu menjadi dambaan bagi semua individu yang memasuki usia dewasa akhir. *Successful aging* diartikan sebagai kondisi fungsional lansia berada pada kondisi maksimum atau optimal, sehingga memungkinkan mereka bisa menikmati masa tuanya dengan penuh makna, membahagiakan, berguna dan berkualitas. Kepuasan hidup menjadi penanda bahwa lansia mengalami kesejahteraan psikologis atau *successful aging*.

Adapun faktor yang dapat mendorong lansia menjadi sukses adalah dukungan sosial dari keluarga. Menurut Hill (dalam Lestari, 2012) keluarga adalah rumah tangga yang memiliki hubungan darah atau perkawinan atau menyediakan terselenggaranya fungsi-fungsi instrumental mendasar dan fungsi-fungsi ekspresif keluarga bagi para anggotanya yang berada dalam suatu jaringan. Coob (1976) menekankan orientasi subyektif yang memperlihatkan bahwa dukungan sosial keluarga terdiri atas informasi yang menuntut seseorang meyakini bahwa ia diurus dan di sayangi (dalam Smet, 1994). Dengan demikian, dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga kepada lansia akan menyiratkan sebuah pesan bagi lansia bahwa keluarga masih peduli dengan keberadaan lansia di tengah-tengah keluarga.





Sarafino (1998) juga mengemukakan pendapatnya bahwa dukungan sosial keluarga adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai bentuk perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Papalia (2004) menjelaskan lansia yang sukses cenderung memiliki dukungan sosial baik emosional maupun material yang dapat membantu kesehatan mental, dan sepanjang mereka merasa aktif dan produktif maka mereka tidak akan merasa sebagai orang yang sudah tua. Berdasarkan konsep dukungan sosial dan keluarga tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga adalah bentuk perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diberikan oleh anggota keluarga, baik anak, istri, suami, cucu dan anggota lainnya kepada salah satu anggota keluarga, dimana mereka secara spontan menawarkan bantuan tersebut yang menimbulkan rasa senang bagi penerimanya.

Selain dukungan sosial keluarga, para lansia sering kali dipersoalkan dan diteliti aspek psikologis dan perilakunya dalam kerangka kognitif. Namun, aspek intrinsik lansia, salah satu yang biasanya tidak diuji adalah apa yang dikenal sebagai kecerdasan emosional. Orang-orang cenderung menekankan pentingnya IQ dalam kehidupan manusia. Padahal kecerdasan tidaklah berarti apa-apa bila emosi yang berkuasa. Untuk mengelola emosi lansia tersebut dibutuhkan adanya kecerdasan emosi. Orang-orang yang cakap secara emosi, yang mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan.



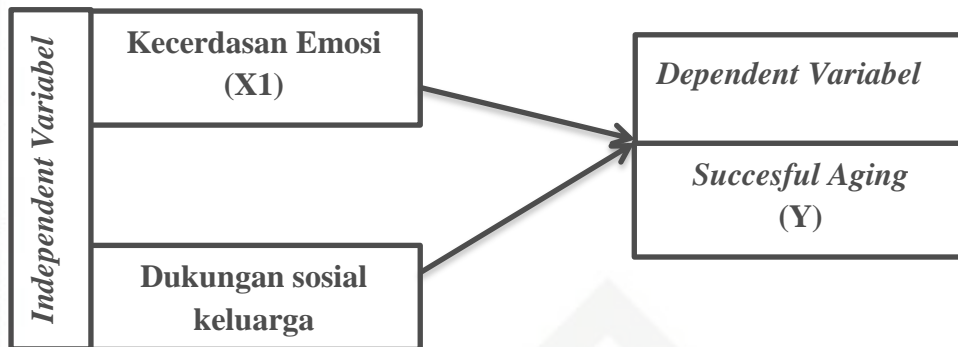
Hasil penelitian Gross dan John (2003) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan individual dalam pengalaman dan ekspresi emosi berdampak secara berbeda terhadap kebahagiaan pada lansia. Dengan kata lain, lansia dengan ketrampilan emosi yang berkembang baik akan bahagia dan berhasil dalam kehidupannya serta dapat mengungkapkan emosinya dengan tepat.

Mayer dan Salovey (Goleman, 2009) mengungkapkan kecerdasan emosi sebagai kemampuan individu untuk memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, dan menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memadu pikiran dan tindakan. Dalam hal ini, lansia yang memiliki kecerdasan emosi yang baik adalah lansia yang mampu untuk mengenali dan mengatur emosi yang terjadi didalam dirinya. Dengan demikian, lansia akan lebih mampu memahami dirinya dan orang lain dengan lebih arif dan bijaksana. Apabila lansia mampu mengelola emosinya dengan baik, maka dapat mencegah berkembangnya masalah akibat tekanan yang dihadapi. Tekanan yang terjadi pada lansia biasanya tercipta ketika lansia tersebut melihat ketidaksepadanan antara keadaan dan sistem sumber daya biologis, psikologis, dan juga sosial yang erat kaitannya dengan respon terhadap ancaman dan bahaya yang dihadapinya.

Berdasarkan pemahaman yang telah dijelaskan, dapat dilihat bahwa kecerdasan emosi dan dukungan sosial keluarga sangat dibutuhkan seseorang untuk mencapai *successful aging*. Maka dalam penelitian ini, peneliti bermaksud untuk memperoleh gambaran sejauh mana hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial keluarga dengan *successful aging*. Keterkaitan antara variabel dapat digambarkan alur pemikirannya sebagai berikut :

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial keluarga dengan *successful aging*”. Hipotesis ini bermakna bahwa, semakin tinggi kecerdasan emosi dan dukungan yang diberikan oleh keluarga maka semakin tinggi *successful aging*nya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi dan dukungan yang diberikan oleh keluarga maka semakin rendah *successful aging*nya.