

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Lanjut Usia

##### 1. Definisi Lanjut Usia

Menua adalah suatu proses menjadi tua dengan menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Nugroho, 2002).

Perubahan-perubahan yang terjadi sesuai dengan kodrat manusia yang pada umumnya dikenal dengan istilah menua. Perubahan-perubahan tersebut mempengaruhi struktur baik fisik maupun mental dan fungsinya. Periode selama lanjut usia, ketika kemunduran fisik dan mental terjadi secara perlahan dan bertahap serta pada waktu kompensasi terhadap penurunan ini dapat dilakukan, dan dikenal sebagai *senescence* yaitu masa proses menjadi tua (Hurlock, 2002).

Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) lansia meliputi:

- a. Usia pertengahan (*middle age*) yaitu usia 45 sampai 59 tahun.
- b. Lanjut usia (*elderly*) yaitu usia antara 60 sampai 74 tahun.
- c. Lanjut usia tua (*old*) yaitu usia antara 75 sampai 90 tahun.
- d. Usia sangat tua (*very old*) yaitu usia lebih dari 90 tahun.

Dari beberapa pengertian di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa lansia adalah individu yang berusia di atas 60 tahun yang pada umumnya memiliki tanda-tanda terjadinya penurunan fungsi-fungsi biologis, psikologis, sosial, dan ekonomi.

## 2. Batasan-Batasan Lanjut Usia

Menurut Undang-undang No.13/tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia Bab I pasal 1 ayat 2 yang berbunyi “lansia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas“.

Menurut Nugroho (2000), lanjut usia merupakan kelanjutan dari usia dewasa. Kedewasaan dapat dibagi menjadi empat bagian :

- a. *Fase Iuventus* yaitu usia 25 sampai 40 tahun
- b. *Fase Virilitas* yaitu usia 40 sampai 50 tahun.
- c. *Fase Praesenium* yaitu usia 55 sampai 65 tahun.
- d. *Fase Senium* yaitu usia antara 65 tahun hingga tutup usia.

Berdasarkan data-data diatas, maka batasan umur untuk lanjut usia (lansia) yang peneliti pilih adalah lanjut usia (lansia) yang berumur  $\geq 60$  tahun.

## 3. Ciri-Ciri Lanjut Usia

Lanjut usia cenderung membawa penyesuaian diri yang buruk dari pada yang baik dan kepada kesengsaraan dari pada kebahagiaan. Berikut ini beberapa ciri-ciri tentang lansia (Hurlock, 2002) :

a. Lanjut Usia Merupakan Periode Kemunduran

Istilah “keuzuran” (*senility*) merupakan periode dimana lansia sudah mengalami kemunduran fisik dan apabila sudah terjadi disorganisasi mental, seseorang akan menjadi eksentrik, kurang perhatian dan terasing secara sosial maka penyesuaian dirinya pun biasanya buruk. Kemunduran datang sebagian dari fisik dan sebagian dari faktor psikologis. Secara fisik kemunduran dapat berupa perubahan pada sel-sel tubuh yang disebabkan karena proses menua, sedangkan kemunduran psikologis dapat berupa sikap tidak senang terhadap diri sendiri, orang lain, pekerjaan dan kehidupan pada umumnya.

b. Perbedaan Individual Pada Efek Menua

Setiap orang mengalami proses menua yang berbeda-beda, karena mereka mempunyai sifat bawaan yang berbeda, seperti sosial ekonomi, latar belakang pendidikan dan pola hidup. Perbedaan terlihat diantara orang-orang yang memiliki jenis kelamin yang sama, dan semakin nyata dan jelas bila pria dibandingkan dengan wanita, karena menua terjadi dengan laju yang berbeda pada masing-masing jenis kelamin.

c. Usia Tua Dinilai Dengan Kriteria Yang Berbeda

Karena usia tua itu sendiri kabur dan tidak jelas, serta tidak dapat dibatasi pada anak muda, maka orang cenderung menilai tua dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Orang tua mempunyai

rambut putih dan tidak lama lagi berhenti dari pekerjaan sehari-hari. Pada remaja mereka menilai lanjut usia dalam cara yang sama dengan penilaian orang dewasa, yaitu dalam hal penampilan diri dan apa yang dapat dan tidak dapat dilakukan.

d. Berbagai Stereotip Orang Lanjut Usia

Pendapat yang telah dikenal masyarakat tentang lanjut usia adalah pria dan wanita yang keadaan fisik dan mentalnya yang loyo, usang, sering pikun, jalannya membungkuk, dan sulit hidup bersama dengan siapapun, karena hari-harinya yang penuh manfaat telah lewat. Sama pentingnya bahwa mekanisme coping spiritual lansia dibentuk pada saat ini, saat mereka menjelang tua dan menghadapi berbagai macam permasalahan dihari tua mereka. Pada saat inilah coping atau penerimaan lansia terhadap suatu permasalahan akan bekerja.

e. Menua Membutuhkan Perubahan Peran

Lanjut usia diharapkan untuk mengurangi peran aktifnya dalam urusan masyarakat dan sosial. Demikian juga halnya dalam dunia usaha dan profesionalisme. Hal ini mengakibatkan pengurangan jumlah kegiatan yang dapat dilakukan oleh para lansia, dan karenanya perlu mengubah beberapa peran yang masih dilakukan terutama yang terkait dengan pemenuhan kebutuhan dasar spiritual mereka.

f. Penyesuaian Yang Buruk

Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi para lansia, yang nampak dalam cara orang memperlakukan mereka, maka tidak

heran lagi kalau banyak para lansia mengembangkan mekanisme koping yang negatif.

g. Ingin Menjadi Muda Kembali Sangat Kuat Pada Lansia

Status kelompok minoritas yang dikenakan pada lansia secara alami telah membangkitkan keinginan untuk tetap muda selama mungkin dan ingin dipermuda apabila tanda-tanda menua tampak.

#### 4. Tugas Perkembangan Lansia

Orang tua diharapkan untuk menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan dan menurunnya kesehatan secara bertahap. Mereka diharapkan untuk mencari kegiatan untuk mengganti tugas-tugas terdahulu yang menghabiskan sebagian besar waktu kala mereka masih muda. Bagi beberapa orang berusia lanjut, kewajiban untuk menghadiri rapat yang menyangkut kegiatan sosial sangat sulit dilakukan karena kesehatan dan pendapatan mereka menurun setelah pensiun, mereka sering mengundurkan diri dari kegiatan sosial. Disamping itu, sebagian besar orang berusia lanjut perlu mempersiapkan dan menyesuaikan diri dengan peristiwa kehilangan pasangan, perlu membangun ikatan dengan anggota dari kelompok usia mereka untuk menghindari kesepian dan menerima kematian dengan tentram.

## 5. Perubahan-Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia (Hurlock, 2002)

### a. Perubahan Penampilan

Perubahan-perubahan umum pada lansia meliputi :

- 1) Daerah kepala : hidung menjulur lemas, bentuk mulut berubah karena gigi berkurang atau urat-urat yang kendur, mata menjadi rabun, pipi dan dagu berkerut, kulit berbintik hitam, banyak tahi lalat atau kutil, tumbuh bulu halus dalam hidung, telinga dan alis.
- 2) Daerah tubuh : bahu membungkuk dan tampak mengecil, perut membuncit, pinggul mengendor dan lebih lebar dari sebelumnya, garis pinggang melebar, payudara bagi wanita mengendor dan melorot.
- 3) Daerah persendian : pangkal tangan menjadi kendur dan terasa berat, ujung tangan tampak mengkerut, pembuluh darah balik menonjol terutama disekitar pergelangan kaki, tangan menjadi kurus kering, kaki membesar karena otot mengendor, timbul benjolan-benjolan, kuku tangan dan kaki mengeras atau mengapur.

### b. Perubahan Bagian Dalam Tubuh

Perubahan bagian dalam tubuh meliputi :

- 1) Perubahan pada kerangka (*skeleton*), akibat mengerasnya tulang, menumpuknya garam mineral.

- 2) Perubahan pada sistem syaraf (*nervous system*), biasanya terjadi pada otak, terutama masa otak. Bilik jantung melebar dan pita kortikal menyempit.
- 3) Isi perut (*visceral*), mengalami perubahan bentuk ditandai dengan berhentinya pertumbuhan limfa, hati, alat reproduksi, jantung, paru-paru, pancreas dan ginjal.

c. Perubahan Fungsi Fisiologis

Perubahan fungsi fisiologis meliputi :

- 1) Perubahan suhu, hal ini disebabkan memburuknya sistem pengaturan organ-organ.
- 2) Sulit bernafas karena pemanfaatan tenaga yang tidak normal.
- 3) Tingkat denyut nadi dan konsumsi oksigen lebih beragam pada lansia.
- 4) Meningkatnya tekanan darah, menurunnya produksi urine, penurunan jumlah waktu tidur, yang kesemuanya disebabkan oleh melemahnya fungsi tubuh.

d. Perubahan Panca Indera

Penurunan panca indera meliputi penurunan yang konsisten dalam kemampuan untuk melihat objek pada tingkat penerangan rendah dan menurunnya sensitifitas terhadap warna. Biasanya para lansia akan mengalami rabun jauh atau sebaliknya rabun dekat. Selain penglihatan, penurunan sensitifitas lainnya adalah pada pendengaran,

penciuman, pengecapan dan peraba karena rusaknya atau matinya sel-sel yang telah tua.

e. Perubahan Seksual

Masa berhentinya reproduksi keturunan (klimakterik) pada pria jauh lebih lama dibandingkan dengan masa menopause pada wanita. Pada umumnya ada penurunan potensi seksual pada usia enam puluhan, kemudian berlanjut sesuai dengan bertambahnya umur.

f. Perubahan Kemampuan Motorik

Perubahan umum yang terjadi pada kemampuan motorik pada lansia meliputi : penurunan kekuatan otot, penurunan kecepatan dalam bergerak, lebih lambat dalam belajar hal yang baru, terjadi kekakuan, canggung, melakukan sesuatu dengan tidak hati-hati. Kerusakan pada bagian ini terjadi secara susunan terbalik terhadap berbagai keterampilan yang telah dipelajari.

g. Perubahan Mental

Penurunan pada tahap ini meliputi : berhati-hati dalam belajar, perlu waktu yang lama untuk memberikan sebuah jawaban, kurang mapu mempelajari hal baru, berpikir dalam memberi argumentasi. Secara umum mengalami penurunan mencapai kesimpulan. Kemampuan dalam hal mengingat sesuatu berkurang, kemampuan mengingat kenangan masa lalu semakin meningkat, kehilangan rasa humor. Penurunan dalam perbendaharaan kata dan biasanya keras kepala.

#### h. Perubahan Minat Pada Lanjut Usia

Seperti perubahan fisik, mental dan gaya hidup pada lansia, perubahan lain yang terjadi adalah perubahan minat dan keinginan yang tidak dapat dihindari. Keinginan tertentu mungkin dianggap sebagai tipe keinginan lansia pada umumnya, antara lain keinginan dan minat pribadi, minat untuk berekreasi, keinginan sosial, keinginan pemenuhan kebutuhan spiritual dan keinginan untuk mati.

### **6. Perubahan-perubahan yang terjadi pada usia lanjut Nugroho (2002, dalam ismayadi, 2004).**

#### a. Perubahan-perubahan fisik

##### 1) Sel.

- a) Lebih sedikit jumlahnya.
- b) Lebih besar ukurannya.
- c) Berkurangnya jumlah cairan tubuh dan berkurangnya cairan intrasesuler
- d) Menurunnya proporsi protein di otak, otot, ginjal, darah dan hati.
- e) Jumlah sel otak menurun.
- f) Terganggunya mekanisme perbaikan sel.
- g) Otak menjadi atrofis beratnya berkurang 5-10 %.

##### 2) Sistem persarafan

- a) Berat otak menurun 10-20 %. (setiap orang berkurang sel saraf otaknya dalam setiap harinya).

- b) Cepat menurun hubungan persarafan.
  - c) Lambat dalam raspon dan waktu untuk bereaksi, khususnya dengan stress.
  - d) Mengecilnya saraf panca indra.
  - e) Kurang sensitive terhadap sentuhan.
- 3) Sistem pendengaran
- a) *Presbiakusis* (gangguan dalam pendengaran). Hilangnya kemampuan pendengaran pada telinga dalam, terutama pada bunyi suara yang tidak jelas, sulit mengerti kata-kata.
  - b) *Otosklerosis* (penyakit dimana tulang-tulang di sekitar telinga tengah dan telinga dalam tumbuh secara berlebihan) akibat atrofi membrane timpani.
  - c) Terjadinya pengumpulan serumen dapat mengeras karena meningkatnya keratin.
  - d) Pendengaran bertambah menurun pada lansia yang mengalami ketegangan jiwa/stress.
- 4) Sistem penglihatan
- a) Timbul *skeloris* (merupakan suatu kelainan peradangan yang terjadi pada otak dan sumsum tulang belakang) dan hilangnya respon terhadap sinar.
  - b) Kornea lebih terbentuk *sferis* (bola).
  - c) Kekeruhan pada mata mengakibatkan katarak.

d) Meningkatnya ambang, pengamatan sinar, daya adaptasi terhadap kegelapan lebih lambat dan susah melihat dalam cahaya gelap.

e) Hilangnya daya akomodasi.

f) Menurunnya lapangan pandang, berkurang luas pandangannya.

g) Menurunnya daya membedakan warna biru atau hijau.

5) Sistem kardiovaskuler

a) Elastisitas dinding aorta menurun.

b) Katup jantung menebal dan menjadi kaku.

c) Kemampuan jantung memompa darah menurun, hal ini menyebabkan menurunnya kontraksi dan volumenya.

d) Kehilangan elastisitas pembuluh darah, kurangnya efektivitas pembuluh darah perifer untuk oksigenisasi. Perubahan posisi dari tidur ke duduk atau dari duduk ke berdiri bisa menyebabkan tekanan darah menurun, mengakibatkan pusing mendadak.

e) Tekanan darah meninggi akibat meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer.

6) Sistem pengaturan temperature tubuh

- a) Temperatur tubuh menurun (*hipotermia*) secara fisiologis akibat metabolisme yang menurun.
- b) Keterbatasan refleks menggigil dan tidak dapat memproduksi panas akibatnya aktivitas otot menurun.

7) Sistem respirasi

- a) Otot pernafasan kehilangan kekuatan dan menjadi kaku.
- b) Menurunnya aktivitas dari silia.
- c) Paru-paru kehilangan elastisitas, menarik nafas lebih berat, kapasitas pernafasan maksimum menurun, dan keadaan bernafas menurun.
- d) Alveoli ukurannya melebar dari biasa dan jumlahnya berkurang.
- e) Kemampuan untuk batuk berkurang.

8) Sistem gastrointestinal.

- a) Kesehatan gigi yang buruk dan gizi yang buruk.
- b) Indera pengecap menurun, hilangnya sensitivitas saraf pengecap di lidah terhadap rasa manis, asin, asam, dan pahit.
- c) Esofagus melebar.
- d) Rasa lapar menurun, asam lambung menurun.
- e) Peristaltik lemah dan biasanya timbul konstipasi.
- f) Daya absorpsi melemah.

9) Sistem reproduksi.

- a) Menciutnya ovarium dan uterus.
- b) Atrofi payudara.
- c) Testis masih dapat memproduksi spermatozoa meskipun adanya penurunan berangsur-angsur.
- d) Kehidupan seksual dapat diupayakan sampai masa lanjut usia asal kondisi kesehatan baik.
- e) Selaput lendir vagina menurun.

10) perkemihan

- a) Ginjal, merupakan alat sisa metabolisme tubuh melalui urin, darah yang masuk ke ginjal disaring di glomerulus.
- b) Otot-otot vesika urinaria menjadi lemah, frekuensi buang air kecil meningkat dan terkadang menyebabkan retensi urin pada pria.

11) Sistem endokrin

- a) Produksi semua hormon menurun.
- b) Menurunnya aktivitas *tyroid*, menurunnya BMR (*Basal Metabolic Rate*), dan menurunnya daya pertukaran zat.
- c) Menurunnya produksi *aldosteron*.
- d) Menurunnya sekresi hormon kelamin misalnya, progesteron, estrogen, dan testosteron.

## 12) Sistem kulit

- a) Kulit mengerut atau keriput akibat kehilangan jaringan lemak.
- b) Permukaan kulit kasar dan bersisik karena kehilangan proses keratinisasi, serta perubahan ukuran dan bentuk-bentuk sel epidermis.
- c) Kulit kepala dan rambut menipis berwarna kelabu.
- d) Berkurangnya elastisitas akibat dari menurunnya cairan dan vaskularisasi.
- e) Pertumbuhan kuku lebih lambat.
- f) Kuku jari menjadi keras dan rapuh, pudar dan kurang bercahaya.
- g) Kelenjar keringat berkurang jumlah dan fungsinya.

## 13) Sistem muskuloskeletal

- a) Tulang kehilangan *density* (cairan) dan makin rapuh.
- b) *Kifosis* (tulang belakang yang terlalu membengkok ke belakang)
- c) Pergerakan pinggang, lutut, dan jari-jari terbatas.
- d) Persendiaan membesar dan menjadi kaku.
- e) Tendon mengerut.
- f) Otot-otot serabut mengecil.

b. Perubahan-perubahan mental

- 1) Perubahan fisik khususnya, organ perasa.
- 2) Kesehatan umum.
- 3) Tingkat pendidikan.
- 4) Keturunan (hereditas).
- 5) Lingkungan.

c. Perubahan-perubahan psikososial

- 1) Pensiun :
  - a) Kehilangan financial (income berkurang).
  - b) Kehilangan status (dulu mempunyai jabatan yang cukup tinggi, lengkap dengan segala fasilitasnya).
  - c) Kehilangan teman, kenalan atau relasi.
  - d) Kehilangan pekerjaan/kegiatan.
- 2) Merasakan atau sadar akan kematian.
- 3) Perubahan dalam cara hidup.
- 4) Ekonomi akibat pemberhentian dari jabatan
- 5) Meningkatnya biaya hidup pada penghasilan yang sulit, bertambahnya biaya pengobatan.
- 6) Penyakit kronis dan ketidakmampuan.
- 7) Gangguan saraf pancaindra, timbul kebutaan dan ketulian.
- 8) Hilangnya ketegapan dan kekuatan fisik : perubahan terhadapgambaran diri, perubahan konsep diri.

d. Perkembangan spiritual

- 1) Agama atau kepercayaan makin terintegrasi dalam kehidupan (maslow, 1970).
- 2) Lansia makin matur dalam kehidupan keagamaannya, hal ini terlihat dalam berfikir dan bertindak dalam sehari-hari (Murray dan Zentner, 1970).
- 3) Perkembangan spiritual pada usia 70 tahun menurut Fowler (1978), Universalizing, perkembangan yang dicapai pada tingkat ini adalah perfikir dan bertindak dengan cara memberikan contoh cara mencintai keadilan.

**B. Dukungan Sosial**

**1. Definisi**

Dukungan sosial merupakan salah satu istilah yang digunakan untuk menerangkan bagaimana hubungan sosial menyumbang manfaat bagi kesehatan mental atau kesehatan fisik individu. Rook (1985, dalam Smet, 1994) berpendapat dukungan sosial sebagai satu diantara fungsi pertalian atau ikatan sosial. Ikatan-ikatan sosial menggambarkan tingkat tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal. Sedangkan menurut Taylor (2000), mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertukaran interpersonal dimana salah seorang memberikan bantuan atau pertolongan kepada yang lain.

Menurut Cobb (1976, dalam Sarafino 1998), dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Cohen dan Wills (1985, dalam Bishop, 1997) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain.

Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri. Kondisi atau keadaan psikologis ini dapat mempengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum.

Beberapa pengertian tersebut menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan dapat menjadi dukungan sosial atau tidak tergantung pada sejauh mana individu merasakan hal itu sebagai dukungan sosial. Senada dengan pendapat tersebut, Gottlieb (1983, dalam Kuntjoro, 2002, dalam Sari Hayati, 2010) menyatakan, setiap informasi apapun dari lingkungan sosial yang menimbulkan persepsi individu bahwa individu menerima efek positif, penegasan, atau bantuan menandakan suatu ungkapan dari adanya dukungan sosial. Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat segala sesuatu menjadi lebih mudah terutama pada waktu menghadapi peristiwa yang menekan.

Dari pengertian-pengertian tersebut di atas dukungan sosial dapat disimpulkan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain.

## 2. Cara Pengukuran Dukungan Sosial

Menurut Sarason, B.R, et el (1987, dalam Kuntjoro, 2002), pengukuran dukungan sosial ada tiga bentuk, yaitu :

### a. Dukungan sosial yang terlekat (*Social embeddedness support*)

Pada pengukuran dengan cara ini, dukungan sosial yang diterima individu diukur dari jumlah hubungan atau interaksi yang dijalin individu dengan orang-orang disekitarnya. Individu yang memiliki hubungan yang lebih banyak dinilai memiliki dukungan sosial yang besar. Dengan demikian, bentuk pengukuran ini tidak memandang kualitas interaksi yang terjalin.

### b. Dukungan sosial yang ditetapkan (*Enacted social support*)

Ciri khas dari bentuk pengukuran ini adalah bahwa dukungan sosial yang diterima seseorang didasarkan pada frekuensi tingkah laku dukungan yang diterima individu. Jadi konkretnya, berapa jumlah orang yang mendukung, berapa banyak dukungan tersebut diberikan, menjadi ukurannya. Seperti halnya bentuk pengukuran yang pertama, bentuk pengukuran ini juga tidak melihat dukungan sosial dari sudut persepsi individu penerima dukungan.

c. Dukungan sosial yang dirasakan (*Perceived social support*)

Procidano (1992, dalam McCaskill, J.W.& Lakey, Brian 1992, dalam Kuntjoro, 2002) secara singkat menyebutkan bahwa *perceived support* adalah evaluasi subjektif dari kualitas dukungan yang diterima atau didapatkan. Bentuk pengukuran ini didasarkan pada kualitas dukungan sosial yang diterima, sebagaimana yang dipersepsikan individu penerima dukungan. Semakin kuat seseorang merasakan dukungan, semakin kuat kualitas dukungan yang diterima. Sehingga, dapat terjadi seseorang mempersepsikan dukungan sosial yang diterimanya kurang, padahal individu tersebut memiliki jaringan sosial yang banyak. Sebaliknya, individu bisa mempersepsikan dukungan sosial yang diterima lebih besar dari pada yang sebenarnya diberikan oleh sumbernya.

Bentuk pengukuran dengan melihat *enacted social support* dan *embedded social support* memiliki keterbatasan. Individu yang dihadapkan pada kesulitan hidup yang lebih besar tentu akan dilihat menerima dukungan sosial yang lebih besar daripada individu dengan kesulitan yang relatif lebih kecil. Mereka yang mampu menghadapi situasi yang sulit akan menjadi penerima dukungan sosial yang lebih kecil. Hal tersebut tidak dapat mencerminkan kecukupan kualitas dukungan yang diterima oleh tiap individu.

Berbeda dengan kedua pengukuran tersebut, pengukuran dengan berdasarkan pada *perceived social support* menganggap

bahwa dukungan yang dirasakan individu memang benar-benar ditemukan dalam diri mereka. *Perceived social support* cenderung memiliki hubungan yang lebih kuat dengan pengukuran perbedaan individu dalam kelekatan, kecemasan sosial, social desirability, rasa malu, dan kesepian. Penilaian dukungan oleh individu penerima juga mempengaruhi. Sejalan dengan hal ini, Sarafino (1998) mengemukakan bahwa efektivitas dukungan tergantung dari penilaian individu. Dukungan akan menjadi efektif apabila dukungan tersebut dinilai adekuat oleh individu penerima. Berdasarkan penjelasan tersebut, dalam penelitian ini digunakan bentuk pengukuran dukungan social dengan melihat penerimaan dukungan sosial oleh individu (*perceived social support*).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan dukungan sosial sebagai evaluasi subjektif individu mengenai kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari hasil interaksinya dengan orang lain.

### **3. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial**

House (1985, dalam Smet, 1994) membedakan dukungan sosial ke dalam empat bentuk, yaitu :

- a. Dukungan emosional : mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.

- b. Dukungan penghargaan : terjadi melalui ungkapan penghargaan positif untuk orang tersebut, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu.
- c. Dukungan instrumental : mencakup bantuan langsung, seperti memberikan bantuan berupa uang, barang, dan sebagainya.
- d. Dukungan informatif : mencakup pemberian nasehat, petunjuk-petunjuk, saran ataupun umpan balik.

Menurut Sarafino (1998) menyampaikan lima bentuk dukungan sosial, yaitu:

- a. Dukungan emosional : mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan emosional merupakan ekspresi dari afeksi, kepercayaan, perhatian, dan perasaan didengarkan. Kesiediaan untuk mendengarkan keluhan seseorang akan memberikan dampak positif sebagai sarana pelepasan emosi, mengurangi kecemasan, membuat individu merasa nyaman, tenteram, diperhatikan, serta dicintai saat menghadapi berbagai tekanan dalam hidup mereka.
- b. Dukungan penghargaan : terjadi lewat ungkapan penghargaan yang positif untuk individu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif individu dengan individu lain, seperti misalnya perbandingan dengan orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya. Hal seperti ini dapat menambah penghargaan diri. Melalui interaksi dengan orang

lain, individu akan dapat mengevaluasi dan mempertegas keyakinannya dengan membandingkan pendapat, sikap, keyakinan, dan perilaku orang lain. Jenis dukungan ini membantu individu merasa dirinya berharga, mampu, dan dihargai.

- c. Dukungan instrumental : mencakup bantuan langsung, dapat berupa jasa, waktu, atau uang. Misalnya pinjaman uang bagi individu atau pemberian pekerjaan saat individu mengalami stres. Dukungan ini membantu individu dalam melaksanakan aktivitasnya.
- d. Dukungan informatif : mencakup pemberian nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi atau umpan balik. Dukungan ini membantu individu mengatasi masalah dengan cara memperluas wawasan dan pemahaman individu terhadap masalah yang dihadapi. Informasi tersebut diperlukan untuk mengambil keputusan dan memecahkan masalah secara praktis. Dukungan informatif ini juga membantu individu mengambil keputusan karena mencakup mekanisme penyediaan informasi, pemberian nasihat, dan petunjuk.
- e. Dukungan dari kelompok sosial : mencakup perasaan keanggotaan dalam kelompok. Dukungan jaringan sosial merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial.

Berdasarkan bentuk-bentuk dukungan sosial yang telah disampaikan oleh beberapa ahli di atas, maka yang akan digunakan dalam pengukuran dukungan sosial adalah bentuk dukungan sosial

menurut Sarafino (1998). Bentuk dukungan tersebut mencakup semua bentuk dukungan sosial dari tokoh-tokoh yang lain, yaitu : (1) Dukungan emosional, (2) Dukungan penghargaan, (3) Dukungan instrumental, (4) Dukungan informatif, dan (5) Dukungan dari kelompok sosial.

### **C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku**

Menurut Green (1980) dalam Notoatmodjo (2003), Perilaku dipengaruhi oleh 3 faktor utama, yaitu :

#### **a. Faktor-faktor Predisposisi (*Predisposing Factor*)**

Faktor-faktor ini mencakup : pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan ,tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan,system nilai yang di anut masyarakat, tingkat pendidikan tingkat sosial ekonomi dan sebagainya.

#### **b. Faktor-faktor Pendukung (*Enabling Factor*)**

Faktor-faktor ini mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat.

#### **c. Faktor-faktor Pendorong (*Reeinforcing Factor*)**

Faktor-faktor ini meliputi sikap dan perilaku tokoh masyarakat (toma), tokoh agama (toga), sikap dan perilaku para petugas termasuk petugas kesehatan.

#### **D. Interaksi Sosial**

Salah satu tugas perkembangan lansia menurut Erikson (1963) terkait dengan interaksi sosial adalah melakukan penyesuaian terhadap kehidupan sosial/masyarakat. Dimana Proses Interaksi sosial menurut Herbert Blumer adalah pada saat manusia bertindak terhadap sesuatu atas dasar makna yang dimiliki sesuatu tersebut bagi manusia. Kemudian makna yang dimiliki sesuatu itu berasal dari interaksi antara seseorang dengan sesamanya. Dan terakhir adalah Makna tidak bersifat tetap namun dapat dirubah, perubahan terhadap makna dapat terjadi melalui proses penafsiran yang dilakukan orang ketika menjumpai sesuatu. Proses tersebut disebut juga dengan interpretative process.

##### **1. Pengertian Interaksi Sosial**

Interaksi sosial adalah kontak atau hubungan timbal balik atau interstimulasi dan respons antar individu, antar kelompok atau antar individu dan kelompok (Maryati dan Suryawati, 2003). Interaksi sosial adalah hubungan antar manusia yang menghasilkan hubungan tetap dan pada akhirnya memungkinkan pembentukan struktur sosial (Murdiyatomoko dan Handayani, 2004). Interaksi sosial adalah hubungan antar manusia yang menghasilkan suatu proses pengaruh memengaruhi yang menghasilkan hubungan tetap dan pada akhirnya memungkinkan pembentukan struktur sosial (Susanto, 2007).

2. Faktor-faktor yang Mendasari dalam Interaksi sosial, Interaksi sosial dapat berlangsung karena beberapa faktor penting, seperti yang dikemukakan oleh Santoso (2010: 166) yang menyebutkan ada 4 faktor yang mendasari interaksi sosial, yaitu :

a. Faktor Imitasi (Sebuah tindakan meniru)

Faktor ini telah diuraikan oleh Tarde (dalam Santoso, 2010) faktor imitasi merupakan hal yang penting dalam interaksi sosial, karena untuk belajar sesuatu ataupun bertindak, pada mulanya kita pasti belajar dari orang lain, dan terus belajar agar dapat berperilaku dengan lebih baik. Namun imitasi juga dapat berdampak buruk pada interaksi individu jika yang diimitasi adalah hal yang salah, maka dari itu individu perlu memilih hal-hal yang baik untuk dicontoh agar dapat diterima dengan baik di lingkungannya.

b. Faktor Sugesti (pemberian pengaruh)

Sugesti ialah pengaruh psikis, baik yang datang dari dirinya sendiri maupun dari orang lain, yang pada umumnya diterima tanpa adanya daya kritik (Ahmadi, 2007). Karena itu dalam psikologi, sugesti ini dibedakan menjadi:

- 1). Auto-sugesti, yaitu sugesti terhadap diri yang datang dari dirinya sendiri.
- 2). Hetero-sugesti, yaitu sugesti yang datang dari orang lain.

Dari uraian diatas maka dapat diketahui bahwa sugesti merupakan pandangan dari diri sendiri maupun orang lain yang dapat diterima dan

mempengaruhi sikap tertentu individu. Sugesti akan membawa seseorang pada suatu sikap sesuai dengan yang ada dipikirkannya atau psikisnya.

- c. Faktor Identifikasi (kecenderungan seseorang untuk menjadi sama seperti seseorang yang lain)

Freud (dalam Santoso, 2010) memberi pengertian identifikasi sebagai dorongan untuk menjadi identik (sama) dengan orang lain, baik secara lahiriah maupun secara batiniah.

- d. Faktor Simpati (suatu proses ketertarikan antara satu individu terhadap individu lainnya)

Simpati adalah perasaan tertariknya orang yang satu terhadap orang yang lain. Simpati timbul tidak atas dasar logis rasional, melainkan berdasarkan penilaian perasaan seperti juga ada proses identifikasi. Bahkan orang dapat tiba-tiba merasa tertarik kepada orang lain dengan sendirinya karena keseluruhan cara-cara bertingkah laku menarik baginya (Ahmadi, 2007).

### 3. Macam – Macam Interaksi Sosial

- a. Interaksi antara individu dan individu

Dalam hubungan ini bisa terjadi interaksi positif ataupun negatif. Interaksi positif, jika hubungan yang terjadi saling menguntungkan. Interaksi negatif, jika hubungan timbal balik merugikan satu pihak atau keduanya (bermusuhan).

b. Interaksi antara individu dan kelompok

Interaksi ini pun dapat berlangsung secara positif maupun negatif. Bentuk interaksi sosial individu dan kelompok bermacam-macam sesuai situasi dan kondisinya.

c. Interaksi sosial antara kelompok dan kelompok

Interaksi sosial kelompok dan kelompok terjadi sebagai satu kesatuan bukan kehendak pribadi. Misalnya, kerja sama antara dua perusahaan untuk membicarakan suatu proyek.

4. Bentuk – Bentuk Interaksi Sosial

Berdasarkan pendapat menurut Tim Sosiologi (2002), Interaksi sosial dikategorikan ke dalam dua bentuk, yaitu :

1. Interaksi sosial yang bersifat asosiatif, yakni yang mengarah kepada bentuk-bentuk asosiasi (hubungan atau gabungan) seperti:

a. Kerja Sama

Adalah suatu usaha bersama antara orang perorangan atau kelompok untuk mencapai tujuan bersama.

b. Akomodasi

Adalah suatu proses penyesuaian sosial dalam interaksi antara pribadi dan kelompok-kelompok manusia untuk meredakan pertentangan.

c. Asimilasi

Adalah proses sosial yang timbul bila ada kelompok masyarakat dengan latar belakang kebudayaan yang berbeda, saling bergaul

secara intensif dalam jangka waktu lama, sehingga lambat laun kebudayaan asli mereka akan berubah sifat dan wujudnya membentuk kebudayaan baru sebagai kebudayaan campuran.

d. Akulturasi

Adalah proses sosial yang timbul, apabila suatu kelompok masyarakat manusia dengan suatu kebudayaan tertentu dihadapkan dengan unsur-unsur dari suatu kebudayaan asing sedemikian rupa sehingga lambat laun unsur-unsur kebudayaan asing itu diterima dan diolah ke dalam kebudayaan sendiri, tanpa menyebabkan hilangnya kepribadian dari kebudayaan itu sendiri.

2. Interaksi sosial yang bersifat disosiatif, yakni yang mengarah kepada bentuk-bentuk pertentangan atau konflik, seperti :

a. Persaingan

Adalah suatu perjuangan yang dilakukan perorangan atau kelompok sosial tertentu, agar memperoleh kemenangan atau hasil secara kompetitif, tanpa menimbulkan ancaman atau benturan fisik dipihak lawannya.

b. Kontravensi

Adalah bentuk proses sosial yang berada diantara persaingan dan pertentangan atau konflik. Wujud kontravensi antara lain sikap tidak senang, baik secara tersembunyi maupun secara terang-terangan yang ditujukan terhadap perorangan atau

kelompok atau terhadap unsur-unsur kebudayaan golongan tertentu. Sikap tersebut dapat berubah menjadi kebencian akan tetapi tidak sampai menjadi pertentangan atau konflik.

#### c. Konflik

Adalah proses sosial antar perorangan atau kelompok masyarakat tertentu, akibat adanya perbedaan paham dan kepentingan yang sangat mendasar, sehingga menimbulkan adanya semacam gap atau jurang pemisah yang mengganjal interaksi sosial diantara mereka yang bertikai tersebut.

#### 5. Ciri – Ciri Interaksi Sosial

Menurut Tim Sosiologi (2002), ada empat ciri-ciri interaksi sosial, antara lain: 1) Jumlah pelakunya lebih dari satu orang, 2) Terjadinya komunikasi diantara pelaku melalui kontak sosial, 3) Mempunyai maksud atau tujuan yang jelas, 4) Dilaksanakan melalui suatu pola sistem sosial tertentu.

#### 6. Syarat – Syarat Terjadinya Interaksi Sosial

Interaksi sosial tidak mungkin terjadi apabila tidak memenuhi dua syarat, yaitu kontak sosial dan adanya komunikasi syarat terjadinya interaksi sosial adalah kontak sosial dan komunikasi (Soekanto,2010).

##### a. Adanya kontak sosial

Kontak sosial berarti adanya informasi hubungan yang saling mempengaruhi tanpa perlu bersentuhan. Misalnya, pada saat berbicara yang mengandung pertukaran informasi,tentu saja akan

mempengaruhi pengetahuan dan cara pandang. Kontak sosial dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung antara satu pihak ke pihak lainnya.

Kontak sosial dapat berlangsung dalam tiga bentuk, yakni :

- 1). Kontak sosial antar individu atau antar orang per orang.
- 2). Antar individu dengan suatu kelompok manusia atau sebaliknya.
- 3). Antar suatu kelompok manusia dengan kelompok manusia lain.

Kontak sosial dapat bersifat primer atau sekunder, juga dapat bersifat positif atau negative, yang bersifat positif mengarah pada suatu kerja sama, sedangkan yang negative mengarah pada suatu pertentangan atau konflik.

Dari uraian diatas maka dapat diketahui bahwa kontak sosial adalah hubungan antara individu dengan individu, individu dengan kelompok ataupun kelompok dengan kelompok yang dapat saling mempengaruhi tanpa perlu bersentuhan, misalnya suatu pembicaraan yang dapat bertukar informasi.

b. Adanya komunikasi

Komunikasi adalah proses penyampaian dan penerimaan pesan berupa lambang-lambang yang mengandung arti, baik yang berwujud informasi, pemikiran, pengetahuan ataupun yang lain-lain dari komunikator kepada komunikan (Soekanto, 2010).

Dalam komunikasi, yang penting adalah adanya pengertian bersama dari lambang-lambang tersebut, dan karena itu komunikasi

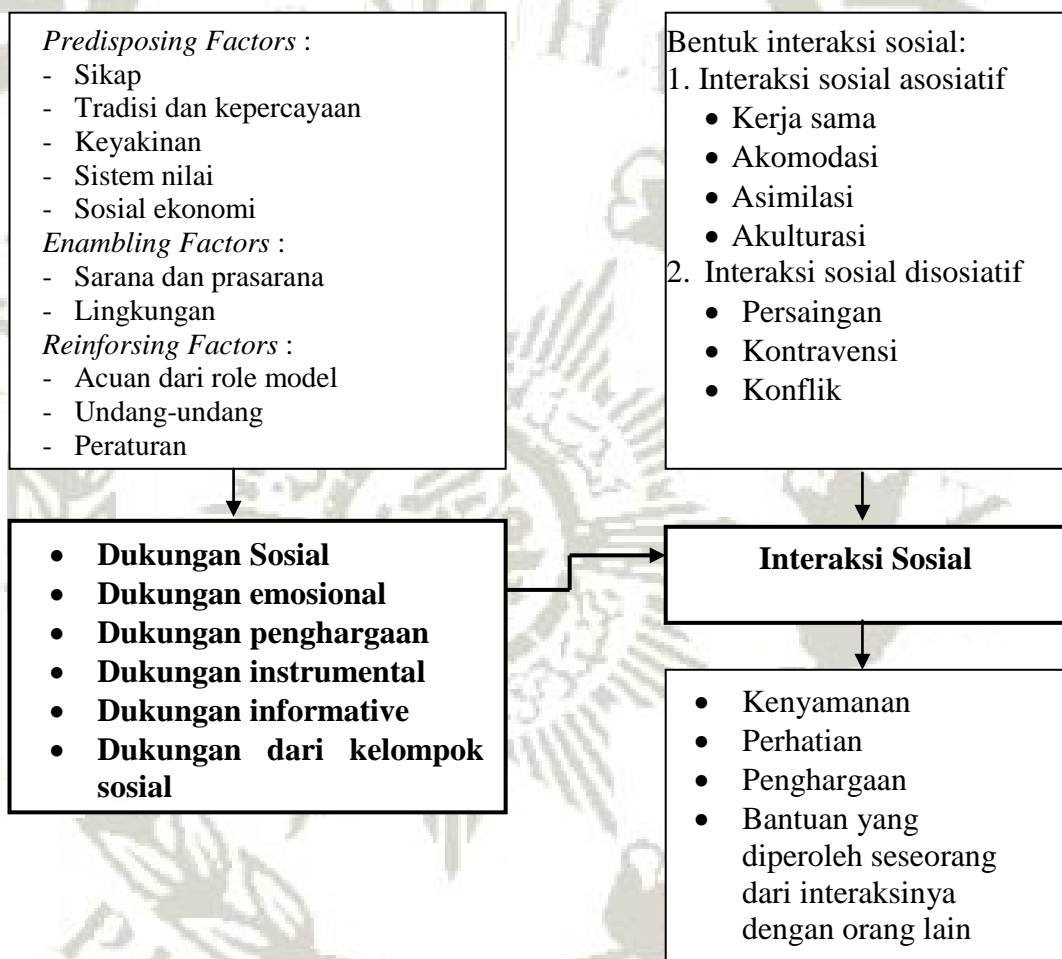
merupakan proses sosial. Bila komunikasi itu berlangsung secara terus menerus maka akan terjadi suatu interaksi. Dengan adanya komunikasi tersebut, sikap-sikap dan perasaan-perasaan suatu kelompok manusia atau individu dapat diketahui oleh kelompok-kelompok lain atau orang-orang lainnya. Komunikasi dapat memungkinkan terjadinya kerja sama antara individu atau kelompok, namun disamping itu komunikasi juga dapat menyebabkan pertikaian sebagai akibat salah paham.

Dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah proses penyampaian pesan dari individu satu ke individu lain, yang dapat dilakukan secara langsung melalui suatu pembicaraan ataupun secara tidak langsung melalui media. Komunikasi yang dilakukan secara terus menerus inilah yang akan menimbulkan adanya interaksi sosial antarindividu ataupun antarkelompok.

Kontak sosial dan komunikasi ini sangat berhubungan, dimana dengan adanya kontak sosial dan komunikasi yang baik dapat menjalin suatu kerja sama dalam suatu hubungan, namun apabila terjadi pertentangan dan salah paham maka dapat menyebabkan suatu konflik bahkan pemutusan interaksi sosial. Maka dari itu, dua hal ini sangatlah penting untuk diperhatikan dan dilakukan dengan lebih baik agar interaksi sosial dapat berjalan dengan baik. Akan tetapi, tidak selalu komunikasi menghasilkan

kerja sama, bahkan suatu pertikaian mungkin akan terjadi sebagai akibat salah faham atau sikap pihak tidak mau mengalah (Murdiyatmoko, 2007).

### E. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori  
(Sumber : Modifikasi dari Green, 1980 dalam Notoatmodjo, 2003; Sarafino, 1998; Hurlock, 2002; )

## F. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.2 Kerangka konsep penelitian Hubungan Antara Dukungan Sosial Masyarakat Dengan Interaksi Sosial lansia di Desa Panusupan Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas

## G. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang masih perlu dibuktikan kebenarannya. Hipotesis dalam penelitian, penulis memaparkan dalam bentuk hipotesis statistik sebagai berikut :

**Ho :** Tidak ada hubungan antara dukungan sosial masyarakat dengan interaksi sosial lansia di Desa Panusupan Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas

**Ha :** Ada hubungan antara dukungan sosial masyarakat dengan interaksi sosial lansia di Desa Panusupan Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas