
Kesejahteraan Psikologis pada Lansia yang Merawat Cucu

INFO PENULIS INFO ARTIKEL

Rahmatika Sidar Tandiallo
Universitas Negeri Makassar
rahmatikasidar@gmail.com

ISSN: 2807-7474
Vol. 2, No. 2, Agustus 2022
<http://jurnal-unsultra.ac.id/index.php/seduj>

Rohmah Rifani
Universitas Negeri Makassar
rifanirohmah72@gmail.com

Dian Novita Siswanti
Universitas Negeri Makassar
dian.novita@unm.ac.id

© 2022 Unsultra All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Tandiallo, R. S., Rifani, R., & Siswanti, D. N. (2022). Kesejahteraan Psikologis pada Lansia yang Merawat Cucu. *Sultra Educational Journal*, 2 (2), 99-106.

Abstrak

Orangtua yang bekerja menjadi salah satu alasan lansia merawat cucu. berbagai penurunan yang dialami lansia menjadi hambatan dalam mengasuh cucu yang memengaruhi kesejahteraan psikologis. Tujuan penelitian ini untuk mengeksplor kesejahteraan psikologis lansia yang merawat cucu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan responden menggunakan purposive sampling. Analisis data menggunakan teknik Interpretative Phenomenology Analysis. Verifikasi data penelitian menggunakan teknik member check. Penelitian melibatkan empat lansia berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian menemukan bahwa motivasi lansia mengasuh cucu yaitu membantu anaknya yang bekerja, mengurangi kekosongan yang dialami dan menanamkan pendidikan moral secara langsung. Makna mengasuh cucu pada lansia menunjukkan pengasuhan cucu membuat responden menjadi lebih sehat, memiliki tanggung jawab dan mendapat hiburan. Perasaan yang muncul ketika lansia merawat cucu adalah senang, lelah dan capek. Kesejahteraan psikologis pada lansia meliputi enam aspek, yaitu penerimaan diri, hubungan dengan orang lain, otonomi diri, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Keempat responden memenuhi keenam aspek kesejahteraan psikologis walaupun terkadang mengalami kesulitan. Implikasi penelitian ini yaitu memberikan gambaran kesejahteraan psikologis khususnya lansia yang merawat cucu agar menjadi pertimbangan untuk orang tua yang ingin menitipkan anaknya diasuh oleh nenek/kakeknya.

Kata kunci: Kesejahteraan psikologis, Lansia, Merawat cucu

Abstract

Working parents are the reasons elderly take care of grandchildren. The decline experienced by the elderly becomes an obstacle in parenting grandchildren that affects to psychological well-being. This research aims to explore psychological well-being in elderly who care for grandchildren. This research uses qualitative methods with a phenomenological approach. Method of collecting respondents uses purposive sampling. Data analysis using interpretative phenomenology analysis. Verify research data uses member check. This study involved four elderly women. The results found that motivation of elderly to care for grandchildren is to help their children work, reduce the emptiness and instill moral education. The meaning of raising grandchildren shows that the upbringing of grandchildren makes respondents healthier, have responsibilities and get entertainment. The feelings when caring for grandchildren are happy and tired. Psychological well-being in elderly consists six aspects. Self-acceptance, relationships with others, self-autonomy, environmental mastery, life goals and personal growth. The four respondents fulfilled all aspects of psychological well-being although sometimes experiencing difficulties. The implication of this study is to provide an overview of the psychological well-being who care for grandchildren to be a consideration for parents who want to leave their children to be cared for by their grandparents

Keywords: Caring for grandchildren, Elderly, Psychological well-being

A. Pendahuluan

Masa tua merupakan fase akhir perjalanan kehidupan manusia. Pada masa ini terdapat banyak perubahan fisik, sosial dan ekonomi yang terjadi. Masa tua merupakan masa yang membutuhkan banyak perhatian dan kasih sayang dari lingkungan dan orang sekitar. Persentase peningkatan lansia dalam lima dekade terakhir mengalami peningkatan sebesar 9,92% (BPS, 2020). Hurlock (1980) mengemukakan bahwa lansia merupakan fase akhir perjalanan hidup individu yang dimulai pada umur 60 tahun sampai meninggal.

Tugas perkembangan di usia tua yaitu mulai melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan karena terjadi penurunan fisik, kematian pasangan dan pensiun (Hurlock, 1980). Desiningrum (2015) mengemukakan bahwa lansia merupakan fase perkembangan individu yang mengalami penuaan dan penambahan usia sehingga terjadi perubahan pada fungsi fisik dan non fisik. Perubahan non fisik yang dialami lansia yaitu perubahan emosi, mudah tersinggung, mudah lupa dan umumnya mengalami ilusi (Kaunang et al., 2019).

BPS (2020) mengemukakan bahwa lansia akan mengalami beberapa perubahan fisik seperti kulit berkerut, rambut menipis, berubah, hilangnya gigi, mengalami penyakit kronis, menurunnya fungsi penglihatan dan pendengaran. Hal tersebut sesuai dengan data dari BPS (2020) yang menyebutkan bahwa angka kesakitan pada lansia pada tahun 2020 sebesar 24,35%. Adapun penyakit yang sering dialami pada lansia yaitu hipertensi, artritis, stroke, kanker dan jantung.

Kehidupan pada aspek sosial dan ekonomi lansia juga mengalami perubahan. Pada aspek sosial meliputi ketergantungan kepada orang lain, penarikan diri dari masyarakat dan perubahan konsep diri (Wahyuni & Abidin, 2015). Adapun pada aspek ekonomi mulai mengalami penurunan. Hurlock, 1980) mengemukakan bahwa penurunan fungsi fisik pada lansia menyebabkan lansia tidak lagi bisa bekerja, sehingga kehidupan ekonominya bergantung pada keluarga. (BPS, 2020) mengemukakan bahwa lansia dianggap sebagai beban dalam kehidupan keluarga karena tidak lagi produktif, sehingga tingkat kebergantungan pada lansia menjadi sangat tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat diketahui terdapat berbagai penurunan di masa tua. Permasalahan tersebut akan memengaruhi aktifitas yang dilakukan oleh lansia. Adapun aktifitas yang umumnya dilakukan oleh lansia yaitu menjadi relawan, mengerjakan *hobby* dan mengasuh cucu (Ariyanto et al., 2020). Mengasuh cucu merupakan salah satu aktifitas yang umumnya dilakukan lansia. Pengasuhan cucu yang dilakukan oleh kakek/nenek disebut *grandparenting*. Cherlin & Furstenberg (1992) mengemukakan bahwa *grandparenting* terbagi menjadi 3 tipe, yaitu :

1. Tipe *remote* merupakan tipe pengasuhan dimana kakek/nenek tidak terlalu terlibat dalam kehidupan sang cucu. Pertemuan hanya dilakukan ketika kakek/nenek mengunjungi cucunya. Hal tersebut dapat menyebabkan jarak emosional antara cucu

dan kakek/nenek. Kakek/nenek pada tipe ini memiliki tanggung jawab yang sangat rendah.

2. Tipe *companionate* merupakan tipe pengasuhan dimana intensitas pertemuan dengan cucu sering terjadi namun hanya aktifitas menyenangkan yang dilakukan. Pada tipe *companionate* mereka cenderung tinggal dekat rumah dengan cucu dan hanya hadir ketika cucunya membutuhkan. Hal yang sering dilakukan yaitu bermain bersama, memberi bantuan ketika dibutuhkan dan memberi makan namun dalam hal ini kakek/nenek tidak terlalu ikut campur dengan masalah penanaman karakter pada cucu dengan tingkat tanggungjawab sedang.
3. Tipe *involved* merupakan tipe pengasuhan dimana intensitas pertemuan sangat sering. Pada tipe ini biasanya kakek/nenek tinggal bersama dengan cucu dan turut ikut campur dalam proses tumbuh kembang cucu. Pada tipe ini kakek/nenek memiliki tingkat tanggung jawab yang tinggi.

Rakhmawati (2015) mengemukakan bahwa dalam mengasuh anak membutuhkan keadaan fisik dan mental yang baik. Namun, dengan berbagai penurunan yang dialami lansia, akan berdampak pada proses pengasuhan cucu. Kodaruddin dan Apsari (2019) mengemukakan bahwa menjaga cucu memberikan dampak negatif pada kesejahteraan psikologis lansia. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Baker & Silverstein (2008) menunjukkan bahwa lansia yang mengasuh cucu memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia yang tidak mengasuh cucu. Purwaningsih & Widyastuti (2016) mengemukakan bahwa lansia akan cenderung stress ketika merawat cucu dikarenakan mereka belum siap untuk menjadi pengasuh pengganti.

Merawat cucu ternyata tidak hanya mengubah kesejahteraan psikologis lansia ke arah negatif. Namun, ada juga lansia yang merasa bahwa merawat cucu mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis. Kaunang et al., (2019) mengemukakan bahwa salah satu masalah psikologis pada lansia yaitu kesepian. Sehingga dengan merawat cucu mampu mengurangi kesepian pada lansia. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Drew & Silverstein (2007) yang menunjukkan bahwa lansia yang berpisah dari cucu akan mengalami peningkatan depresi.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Firmundia dan Nugrahawati (2017) menemukan bahwa merawat cucu mampu mengurangi kekosongan dan meningkatkan kesejahteraan pada lansia. Hal tersebut dikarenakan lansia mengalami kekosongan, sehingga dengan hadirnya cucu mampu mengurangi kekosongan pada lansia. Penelitian yang dilakukan Juaningsih & Wangi (2017) yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh lansia yang merawat cucu berada pada kategori tinggi. Mengasuh cucu mampu meningkatkan kedekatan lansia dengan keluarga dan meningkatkan rasa tanggung jawab. Sehingga dengan mengasuh cucu lansia merasa hidupnya lebih bermakna dan memiliki tujuan hidup. Penelitian ini juga menemukan bahwa hadirnya cucu mampu meningkatkan semangat baru para lansia dalam menjalani kehidupan.

Kehadiran cucu merupakan salah satu harapan di masa tua (Wahyuni & Abidin, 2015). Sehingga umumnya lansia menghabiskan waktunya dengan cucu (Indriyani et al., 2014). Saraswati et al. (2021) mengemukakan bahwa mengasuh cucu merupakan cara yang dapat dilakukan oleh lansia dalam mencari kesenangan meskipun mengalami banyak penurunan. Narayani et al. (2020) mengemukakan bahwa hadirnya cucu mampu meningkatkan harapan hidup pada lansia.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa merawat cucu mampu membuat kesejahteraan psikologis pada lansia ke arah positif. Ryff (1995) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk menerima secara penuh kelebihan dan kelemahan yang dimiliki, mengetahui tujuan hidup, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dan mampu beradaptasi dengan keadaan lingkungan. Meskipun lansia mengalami berbagai penurunan, baik secara fisik, sosial maupun ekonomi dan memiliki tambahan tanggung jawab seperti merawat cucu, lansia tetap dapat merasakan kesejahteraan psikologis. Hal inilah yang membuat peneliti ingin mencari tahu lebih jauh mengenai gambaran kesejahteraan psikologis pada lansia yang merawat cucu.

Dalam penelitian ini peneliti memilih nenek yang melakukan *grandparenting* tipe *involved* sebagai responden. Tipe *involved* dipilih karena pada tipe pengasuhan ini kakek/nenek tinggal bersama cucu dan terlibat dalam proses pertumbuhan sehingga tingkat tanggung jawab kakek/nenek tinggi. Responden dalam penelitian ini dilakukan pada nenek dikarenakan yang paling banyak terlibat dalam proses pengasuhan adalah nenek. Penelitian terhadap kesejahteraan psikologis lansia yang merawat cucu penting untuk diteliti untuk mengetahui keadaan lansia selama mengasuh cucu. Pada penelitian ini akan menggali mengenai motivasi

lansia merawat cucu, makna mengasuh cucu bagi lansia dan gambaran kesejahteraan psikologis lansia pada berbagai aspek.

B. Metodologi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Fokus utama penelitian ini yaitu kesejahteraan psikologis pada lansia yang merawat cucu. Kesejahteraan psikologis merupakan keadaan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, terpenuhinya seluruh kebutuhan pokok sehari-hari dan mampu mengatur waktu agar dapat melakukan aktifitas yang diinginkan serta mampu menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan seperti penurunan fungsi fisik, nonfisik, keadaan sosial dan ekonomi dengan hadirnya cucu. *Grandparenting* merupakan metode pengasuhan yang dilakukan oleh nenek dimana nenek terlibat penuh dalam proses pengasuhan, tinggal bersama cucu dan tingkat tanggung jawab dan ikatan emosional antara nenek dan cucu berada pada kategori tinggi.

Metode pengumpulan responden menggunakan *purposive sampling*. Penelitian melibatkan tiga lansia perempuan yang memiliki cucu dan melakukan *grandparenting* tipe *involved*. metode penggunaan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Percakapan dengan responden disajikan dalam bentuk koding.

Analisis data menggunakan teknik *Interpretative Phenomenology Analysis*. Analisis data dilakukan melalui lima tahapan. Tahap pertama, membaca transkrip secara menyeluruh dan berulang pada tiap responden penelitian. Tahap kedua, membuat catatan awal berupa komentar eksploratif pada setiap pernyataan responden yang dianggap memiliki makna, tahap ketiga membuat tema emergen yang merupakan proses pemadatan kata dari komentar eksploratif, tahap keempat membuat tema superordinat yang merupakan proses pemadatan tema emergen dan tahap terakhir yaitu membuat pola yang dapat menghubungkan antar responden. Verifikasi data penelitian menggunakan teknik *member check* dengan berdiskusi dengan responden mengenai hasil yang telah diperoleh, kemudian responden memberikan koreksi pada hasil wawancara yang dibuat oleh peneliti.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Berdasarkan wawancara dan analisis data yang telah dilakukan maka didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Motivasi responden mengasuh cucu

Motivasi keempat responden mengasuh cucu yaitu membantu kedua orang tua cucu yang bekerja dan tidak ingin untuk menggunakan *baby sitter*. Sehingga responden berinisiatif untuk mengasuh cucunya. Selain itu motivasi lain responden MB mengasuh cucu untuk mengurangi perasaan jenuh dan kosong dalam hidupnya. Responden juga ingin menanamkan pendidikan moral secara langsung kepada cucunya. Responden DB juga memiliki motivasi lain dalam mengasuh cucunya yaitu untuk mengurangi kesepian yang dialami.

2. Makna mengasuh cucu bagi lansia

Keempat Responden memaknai pengasuhan yang dilakukan dengan memperoleh berbagai manfaat seperti hiburan dan merasa memiliki tanggung jawab. Responden DA menyebutkan dengan mengasuh cucu, responden lebih peduli lagi dengan kesehatannya. Responden MB menyebutkan bahwa mengasuh cucu merupakan hal yang sama ketika mengasuh anaknya yakni muncul perasaan kasih sayang. Responden L juga menyebutkan bahwa dengan mengasuh cucu membuat lebih dekat dengan cucunya. Responden DB menyebutkan dengan mengasuh cucu mampu mengisi kekosongan yang dialami. Responden DA dan DB juga menyebutkan bahwa mengasuh cucu merupakan imbalan yang diberikan kepada anaknya yang telah memenuhi kebutuhan sehari-hari.

3. Gambaran kesejahteraan psikologis pada lansia yang merawat cucu

Perasaan responden selama mengasuh cucu menunjukkan perasaan karena diberikan kepercayaan dan mendapat hiburan. Selain itu responden DA dan DB menyebutkan mengasuh cucu membuat lelah karena responden telah mengalami berbagai penurunan. Pada aspek kesejahteraan psikologis, Pada aspek penerimaan diri responden mampu mengevaluasi pengasuhan yang dilakukan. Responden DA menunjukkan adanya rasa penyesalan dikarenakan tidak mampu memberikan

perawatan yang terbaik kepada cucunya. Sedangkan ketiga responden lainnya menunjukkan perasaan bersyukur karena masih dapat mendidik, merawat dan membantu anaknya dalam merawat cucu.

Pada aspek hubungan dengan orang lain, keempat responden menunjukkan bahwa waktu mereka berkurang untuk berinteraksi dengan orang lain. Namun, responden tetap berusaha untuk berinteraksi dan ikut dalam kegiatan masyarakat dengan cara membagi waktu dan berdiskusi dengan orangtua cucu. Pada aspek otonomi diri, keempat responden mampu mengatasi berbagai masalah yang dihadapi dan membuat keputusan tertentu tanpa bergantung kepada orang lain. Pada aspek penguasaan lingkungan, keempat responden mampu memanfaatkan waktu dan berdiskusi dengan orangtua cucu.

Pada aspek tujuan hidup, keempat responden memiliki tujuan hidup dan selalu berusaha agar tujuan hidup tersebut tercapai. Pada aspek pertumbuhan pribadi, usia lanjut dan waktu yang berkurang tidak menghalangi responden untuk mengembangkan dirinya. Namun, pada responden DA tidak lagi melakukan kegiatan lain selain mengasuh cucu karena merasa sudah tua.

Pembahasan

1. Motivasi lansia mengasuh cucu

Motivasi responden dalam mengasuh cucu yaitu untuk membantu anaknya yang bekerja. Selain itu, responden juga menyebutkan bahwa mengasuh cucu dilakukan untuk mengurangi perasaan kosong dan jenuh yang dialami di masa tua. Kaunang et al. (2019) mengemukakan bahwa salah satu masalah psikologis yang dialami lansia yaitu kesepian. Alasan lain responden mengasuh cucu yaitu keinginan untuk mengajarkan pendidikan secara langsung kepada cucunya. Responden juga memilih untuk berinisiatif untuk mengasuh cucunya dikarenakan tidak mau untuk menggunakan *baby sitter*.

2. Makna mengasuh cucu bagi lansia

Makna mengasuh cucu pada lansia diperoleh berbagai manfaat seperti menjadi lebih sehat, lebih dekat dengan keluarga dan memiliki tanggungjawab. Responden merasa bersyukur masih dapat merawat cucu dan membantu anaknya di masa tua. Responden menyebutkan bahwa mengasuh cucu sama ketika mengasuh anak. Responden menyebutkan bahwa mengasuh cucu merupakan hal yang lumrah untuk dilakukan oleh lansia. Responden merasa bahwa merawat cucu saat ini merupakan imbalan yang dapat diberikan kepada anaknya yang telah memenuhi kebutuhannya sehari-hari.

3. Kesejahteraan psikologis pada lansia yang merawat cucu

Perasaan yang muncul pada responden selama mengasuh cucu menunjukkan perasaan senang, lelah dan capek. Responden merasa senang dikarenakan dapat bermain dan bersenda gurau dengan cucu dan merasa lelah dan capek karena telah mengalami berbagai penurunan di masa tua. Responden senang karena masih dapat melakukan aktifitas yang membuatnya menjadi lebih sehat. Walaupun dalam merawat cucu responden mengalami kesulitan dan masalah karena mengalami beberapa penurunan, responden mampu mengatasi hal tersebut. Saraswati et al. (2021) mengemukakan bahwa mengasuh cucu mampu memberikan kesenangan bagi lansia meskipun mengalami berbagai penurunan dalam kehidupannya.

Pada keenam aspek kesejahteraan psikologis ditemukan bahwa pada aspek penerimaan diri responden mampu mengevaluasi pengasuhan yang dilakukan. Responden DA menunjukkan adanya rasa penyesalan dikarenakan tidak mampu memberikan perawatan yang terbaik kepada cucunya. Hal ini dikarenakan keterbatasan dan penurunan yang dialami. Nalle & Soetijiningsih (2020) mengemukakan bahwa pada masa lansia terdapat beberapa penurunan fungsi fisik dan nonfisik. Namun responden tetap berusaha untuk memberikan perawatan terbaik kepada cucu dengan kemampuan yang dimiliki saat ini. Sedangkan ketiga responden lainnya menunjukkan perasaan bersyukur karena masih dapat mendidik, merawat dan membantu anaknya dalam merawat cucu.

Ryff (1995) mengemukakan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri positif merupakan individu yang mampu menilai, menerima keadaan diri baik secara positif dan negatif. Dengan berbagai keterbatasan akibat penurunan yang dialami, responden tetap melakukan pengasuhan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Walaupun pengasuhan yang dilakukan masih memiliki kekurangan namun responden merasa puas dengan pengasuhan yang dilakukan.

Pada aspek hubungan dengan orang lain, responden menunjukkan bahwa waktu mereka berkurang untuk berinteraksi dengan orang lain. Responden DA bahkan tidak pernah berinteraksi lagi dengan orang lain dan ikut dalam kegiatan masyarakat dikarenakan mengasuh cucu. Alasan lainnya responden merasa bahwa dirinya sudah tua sehingga tidak mampu lagi untuk ikut dalam kegiatan masyarakat. Sedangkan tiga responden lainnya tetap berusaha untuk berinteraksi dan ikut dalam kegiatan masyarakat dengan cara membagi waktu dan berdiskusi dengan orangtua cucu.

Terkait hubungan dengan keluarga, responden merasa bahwa keluarga mereka selalu mendukung dan membantu dalam setiap pengasuhan yang dilakukan. Keluarga selalu memenuhi setiap kebutuhan responden. Responden DA dan L menyebutkan bahwa pengasuhan yang dilakukan merupakan imbalan yang diberikan kepada anaknya yang telah merawat dan memenuhi seluruh kebutuhan responden. Ryff (1989) mengemukakan bahwa faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis seperti dukungan sosial yang salah satunya dapat diperoleh dari keluarga.

Ryff (1995) mengemukakan bahwa individu yang memiliki relasi yang baik merupakan individu yang dapat menjalin kedekatan dan kepercayaan dengan orang lain. Responden tetap berusaha untuk mempererat hubungan baik dengan orang lain ditengah keterbatasan waktu yang dimiliki selama mengasuh cucu. Responden terkadang berbagi cerita dengan tetangganya mengenai pengasuhan yang dilakukan. Responden menyebutkan bahwa menghadiri kegiatan yang diadakan di lingkungan sekitar merupakan salah satu jalan untuk menjalin relasi yang baik. Sehingga responden selalu berusaha untuk menyempatkan waktu agar dapat ikut dalam kegiatan masyarakat.

Pada aspek otonomi diri merupakan kemandirian dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Responden menunjukkan otonomi diri yang baik. Responden mampu mengatasi berbagai masalah yang dihadapi dalam pengasuhan dengan melakukan berbagai cara. Responden mampu membuat keputusan tertentu tanpa bergantung kepada orang lain. Responden selalu berusaha untuk menyelesaikan masalah hidup yang dialami tanpa bergantung kepada orang lain.

Responden telah ditinggal mati oleh suaminya. Namun responden tetap mampu menjalani kehidupan dengan baik tanpa bergantung kepada orang lain. Ryff (1995) mengemukakan bahwa individu yang dengan otonomi diri yang baik dapat ditunjukkan melalui tidak bergantung kepada orang lain dan dapat mengatasi tekanan yang dialami.

Pada aspek penguasaan lingkungan, Ryff (1995) mengemukakan bahwa individu dengan penguasaan lingkungan yang baik merupakan individu yang dapat menguasai lingkungan disekitarnya dan mewujudkan lingkungan nyaman sesuai dengan kebutuhan. Responden menunjukkan penguasaan lingkungan yang baik. Memanfaatkan waktu dan berdiskusi dengan orangtua cucu merupakan cara yang dilakukan responden untuk mengatur lingkungan.

Agar tetap dapat melakukan aktifitas lain, Responden selalu berdiskusi dengan orangtua cucu untuk mengatur waktu yang dimiliki sebaik mungkin. Responden membagi waktu dan berdiskusi dengan orangtua cucu agar tetap dapat melakukan berbagai aktifitas lain dan ikut dalam kegiatan masyarakat. Mengikuti kegiatan masyarakat merupakan salah satu cara responden untuk berinteraksi dengan orang lain.

Aspek tujuan hidup, responden dengan tujuan hidup selalu berusaha agar tujuan hidup tersebut tercapai. Responden berharap agar keluarga mereka tetap dalam keadaan sehat dan cucu mereka dapat tumbuh dengan baik. Untuk mencapai tujuan hidup tersebut responden melakukan beberapa upaya seperti menerapkan hidup sehat dan selalu berdoa. Responden MB merasakan bahwa tujuan hidup yang diinginkan telah tercapai. Ryff (1995) mengemukakan bahwa individu dengan tujuan hidup merupakan individu yang mampu memaknai hidup yang dijalani yang ditandai dengan memiliki perasaan terarah, adanya tujuan hidup dan usaha untuk mencapainya. Responden memiliki tujuan dalam hidupnya.

Pada aspek pertumbuhan pribadi, usia lanjut dan waktu yang berkurang tidak menghalangi responden untuk mengembangkan dirinya. Responden tetap melakukan aktifitas yang disukai selama mengasuh cucu. Ryff (1995) mengemukakan bahwa pertumbuhan pribadi merupakan individu yang mampu mengembangkan potensi yang dimiliki serta mengalami pertumbuhan pribadi pada setiap waktu dengan hasil baik dan optimal. Responden MB, L dan DB menunjukkan pertumbuhan pribadi yang baik. Responden tetap mengembangkan diri dengan melakukan aktifitas lain selain mengasuh cucu. Ketiga responden memanfaatkan waktu yang dimiliki untuk mengembangkan dirinya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, maka ditarik kesimpulan bahwa motivasi lansia dalam merawat cucu yaitu membantu kedua orang tua cucu yang bekerja, mengurangi kekosongan yang dialami di masa tua dan menanamkan pendidikan moral secara langsung. Makna mengasuh cucu bagi lansia mendapatkan berbagai manfaat seperti merasa lebih sehat, memiliki tanggung jawab dan kepercayaan di usia tua dan sebagai hiburan. Perasaan yang dialami responden ketika mengasuh cucu menunjukkan perasaan senang meskipun terkadang responden merasa lelah.

Terkait aspek kesejahteraan psikologis pada lansia yang merawat cucu terdiri atas enam aspek. Aspek penerimaan diri, lansia menerima dirinya mengasuh cucu. Aspek hubungan positif dengan orang lain, lansia mampu menciptakan relasi yang baik dengan orang lain dan berusaha ikut dalam kegiatan masyarakat. Aspek otonomi diri, lansia mampu menyelesaikan masalah dan kesulitan yang dialami selama mengasuh cucu. Aspek penguasaan lingkungan, lansia mampu mengatur keadaan lingkungannya agar memudahkan melakukan aktifitas dan menciptakan lingkungan yang nyaman untuk mengasuh.

Aspek tujuan hidup, lansia mampu menemukan makna dan tujuan hidup. Aspek pertumbuhan pribadi, lansia tidak berhenti melakukan aktifitas yang mampu mengembangkan potensi dan selalu memanfaatkan waktu sebaik mungkin agar kegiatan yang disukai dapat berjalan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Lansia yang merawat cucu
Lansia mampu melakukan interaksi dengan orang lain dan melakukan kegiatan yang disukai dengan meluangkan dan memaksimalkan waktu yang dimiliki. Hal tersebut dapat dilakukan dengan berdiskusi dengan orangtua cucu untuk saling berbagi waktu.
2. Keluarga
Keluarga, terutama ayah dan ibu cucu diharapkan mampu memberikan waktu khusus kepada lansia agar dapat melakukan kegiatan yang disukai. Selain itu mendengarkan keluhan merupakan cara yang dapat dilakukan agar pengasuhan dapat berjalan sesuai dengan harapan.
3. Peneliti selanjutnya
Untuk peneliti selanjutnya yaitu dapat melakukan penelitian mengenai upaya yang mampu dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia yang mengasuh cucu.

E. References

- Ariyanto, A., Puspitasari, N., Utami, D. N., & Yogyakarta, U. A. (2020). Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia. *Kesehatan Al-Irsyad*, *XIII*(2), 145–151. <https://ejournal.stikesalirsyadclp.ac.id/index.php/jka/article/view/112>
- Baker, L. A., & Silverstein, M. (2008). Depressive symptoms among grandparents raising grandchildren: The impact of participation in multiple roles. *Journal of Intergenerational Relationships*, *6*(3), 285–304. <https://doi.org/10.1080/15350770802157802>
- BPS. (2020). *statistik penduduk lanjut usia*. badan pusat statistik.
- Cherlin, A. J., & Furstenberg, F. F. (1992). The new american grandparent: A place in the family, a life apart. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. Harvard university press.
- Desiningrum, D. R. (2015). Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau dari Persepsi Terhadap Dukungan Sosial dan Gender. *Jurnal Psikologi Undip*, *13*(2), 102–106. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.2.102-201>
- Drew, L. M., & Silverstein, M. (2007). Grandparents' Psychological Well-Being After Loss of Contact With Their Grandchildren. *Journal of Family Psychology*, *21*(3), 372–379. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.372>
- Firmundia, A. M., & Nugrahawati, E. N. (2017). Subjective well being pada nenek yang mengasuh cucu dengan latar belakang sunda di kecamatan coblong. *Prosiding psikologi*, 1012-1018. ISSN:2460-6448
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. erlangga.
- Indriyani, S., Mabruri, M. I., & Purwanto, E. (2014). Subjective Well-Being Pada Lansia Ditinjau Dari Tempat Tinggal. *Developmental and Clinical Psychology*, *3*(2252–6358), 66–72. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp>

- Juaningsih, T., & Wangi, E. N. (2017). Studi Deskriptif Mengenai Psychological Well-Being pada Wanita yang melakukan Grandparenting Tipe Involved di Desa Sarimahi. *Prosiding Psikologi*, 2, 969–975.
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24475>
- Kodaruddin, W. N., & Apsari, N. C. (2019). motivasi lanjut usia merawat cucu elderly motivation for caring the grandchildren. *Sosio Informa*, 5(3), 199–207.
- Nalle, N. C., & Soetijingsih, H. (2020). Gambaran psychological well being pada lansia berstatus janda. *Jurnal Psikologi Konseling*, 16(1), 624–633.
- Narayani, N. P. R., Damayanti, M. R., & Krisnawati, K. M. S. (2020). Hubungan intensitas pengasuhan cucu dengan kualitas hidup lansia. *Community of Publishing in Nursing (Coping)*, 8(1), 25–32.
- Purwaningsih, H., & Widyastuti, A. R. (2016). Gambaran Stres Lansia Dalam Grandparenting Di Desa Karangjati Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *Prosiding Keperawatan*, 34.
- Rakhmawati, I. (2015). Peran Keluarga dalam Pengasuhan Anak. *Jurnalbimbingan Konseling Isla*, 6(1), 1–18.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Saraswati, L. S., Hamiyati, & Mulyati. (2021). Hubungan grandparenting style terhadap kesejahteraan psikologis lansia di gabungan organisasi lansia. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8(1), 221–233. <https://doi.org/http://doi.org/10.21009/JKKP.082.10>.
- Wahyuni, Y. T., & Abidin, Z. (2015). Pengalaman Hidup Lansia Yang Mengasuh Cucu: Studi Kualitatif Fenomenologis Dengan Interpretative Phenomenological Analysis. *Empati*, 4(4), 8–14.