
**AGEISME: DISKRIMINASI USIA, HARGA DIRI DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS LANSIA**

Yuli Fitria

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi
fitriayuli818@gmail.com

ABSTRAK

Anggapan masa tua yang erat dengan ketidakberdayaan menjadi stigma yang melekat pada lansia. Perubahan kemampuan karena usia cenderung memunculkan diskriminasi karena usia atau ageisme. Anggapan dan perlakuan ageisme yang diterima lansia menjadi pemicu menurunnya kesejahteraan psikologisnya. Harga diri yang tinggi diduga mampu memediasi perlakuan ageisme dengan kesejahteraan secara psikologis, sehingga perlu adanya upaya untuk mengukurnya. Tujuan penelitian ini mengungkap korelasi ageisme dengan kesejahteraan psikologis yang dimediasi dengan harga diri.

Jenis penelitian ini *kuantitatif*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Subjek penelitian lansia yang tergabung dalam komunitas senam lansia di Kabupaten Banyuwangi sejumlah 102 orang. Alat ukur yang digunakan skala ageisme menggunakan *ageism scale*, dari Ayalon (2019). Skala harga diri menggunakan *Rosenberg Self Esteem* dari Mayordomo (2019). Skala kesejahteraan psikologis menggunakan *The Scale Psychological well-being (SPWB)* dari Kovalenco (2018). Analisis data menggunakan analisis jalur (*Path Analysis*).

Hasil analisis jalur menunjukkan; 1). Ada korelasi langsung negatif signifikan antara ageisme dengan kesejahteraan psikologis. 2). Ada korelasi langsung positif signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis. 3). Ada korelasi tidak langsung negatif signifikan antara ageisme dengan kesejahteraan psikologis melalui harga diri artinya semakin tinggi diskriminasi usia (ageisme) maka semakin rendah kesejahteraan psikologis dan sebaliknya, kemudian semakin tinggi harga diri maka akan diikuti kesejahteraan psikologis, serta harga diri mampu memperlemah korelasi keduanya.

Dapat disimpulkan dengan meningkatkan harga diri dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.

Kata kunci: *Ageisme, Harga Diri, Kesejahteraan Psikologis, Lansia*

PENDAHULUAN

Masa tua dianggap masa yang lemah, tidak mandiri dan kehilangan eksistensi. Perubahan kemampuan, karena usia yang terjadi pada lansia cenderung menciptakan persepsi terhadap lansia tampak tak berdaya sehingga

anggota masyarakat mengurangi keterlibatan dan memberi tanggung jawab lansia dalam kegiatan dilingkungan sosial. Berdasar hal tersebut memunculkan anggapan atau stereotip diskriminasi terhadap usia atau biasa disebut ageisme (Butler, 1969).

Pada dasarnya ageisme dapat pula berbentuk stereotip yang positif. Seperti hal budaya di Indonesia yang sangat mejunjung tinggi nilai budaya, etika, dan moral, lansia di anggap kelompok sosial sebagai lapisan masyarakat yang bijaksana, mampu dipercaya untuk menjaga keutuhan nilai-nilai agama dan menjadi sumber nasihat yang dibutuhkan oleh masyarakat luas. Selain itu juga memiliki peran penting yang sangat diperhitungkan dan dihormati masyarakat. Akan tetapi pada kenyataannya ageisme dalam kehidupan sehari-hari yang terjadi lebih kepada bentuk ageisme negatif, seperti kebijakan tidak memberdayakan lansia yang masih memiliki minat bekerja pada lingkup kerja. Pengkategorian anggapan kepada kelompok lansia dapat merendahkan harga diri mereka sehingga merasa menjadi kelompok yang termarginalkan dan tidak berguna sehingga berpengaruh pada kesejahteraan psikologis lansia secara subjektif dan umumnya (Ayalon, 2015; WHO, 2019).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2020) jumlah lansia setiap tahunnya bertambah mencapai 28%, hal tersebut akan semakin bertambah pula keperluan ruang lingkup lansia di tengah masyarakat. Kemenkes RI (2020) melaporkan prevalensi tiga penyakit

tertinggi yang cenderung di alami lansia diantaranya yaitu hipertensi, artritis dan stroke mencapai lebih dari 54,5% hal ini erat kaitanya dengan kemampuan ruang gerak kemandirian, kesehatan fisik serta kesejahteraan psikologis lansia pada umumnya yang dapat memunculkan persepsi yang menjadi stereotip ketidakberadayaanya. Berdasarkan uraian masalah diatas kecenderungan stereotip berdasar usia oleh masyarakat kepada lansia masih besar kemungkinan terjadi, dan diduga menjadi penyebab menurunnya kesejahteraan psikologis dimasa lansia oleh karenanya perlu ada pengujian ageisme dengan kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian ini menggunakan kosntruk harga diri sebagai variabel intervening pada pengujian ageisme dengan kesejahteraan psikologis. Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengungkap korelasi ageisme dengan kesejahteraan psikologis yang dimediasi harga diri pada lansia.

Ageisme

Ageisme adalah bentuk anggapan stereotip baik secara positif atau negatif, prasangka, dan diskriminasi dengan melihat usia (Iversen, 2009). Ageisme yang cenderung negatif terhadap lansia dalam kurun satu dekade terakhir menjadi *issue* masalah kesehatan masyarakat

dunia (World Health Organization, 2019). Ageisme pada dasarnya dapat terjadi dan mempengaruhi semua kelompok umur, akan tetapi bukti yang ada menunjukkan bahwa lansia berisiko lebih tinggi mengalami perlakuan serta dampak negatifnya (Ayalon, 2015). Beberapa penelitian menunjukkan perilaku ageisme terbukti mengganggu kinerja kognitif dan fungsional pada lansia (Lamont et al, 2015; Levy, 2017). Selanjutnya, ageisme juga menyebabkan kesehatan mental memburuk, morbiditas meningkat (Allen, 2015), umur yang lebih pendek (Levy et al., 2016), perasaan tertekan, kesepian (Wilson et al., 2019), serta marginalisasi (Vitman et al., 2013). Masa populasi lansia yang semakin meningkat tidak tertutup kemungkinan prevalensi ageisme terhadap lansia semakin meningkat pula.

Iversen (2009) membagi perlakuan Ageisme secara garis besar menjadi tiga komponen diantaranya; 1). Stereotip, merupakan komponen kognitif. pandangan yang cenderung menganggap rendah lansia, seperti berfikir lansia sebagai beban, masalah bagi masyarakat. 2). Prasangka, merupakan komponen emosional. Anggapan yang melibatkan perasaan nyaman atau tidak nyaman seperti tidak menikmati ketika interaksi. 3). Diskriminasi, merupakan komponen

perilaku. Dimensi ini mengarah kepada tindakan menghindari, mengucilkan keberadaan mereka.

Lansia yang memiliki pengalaman dianggap sebagai kelompok yang rentan dengan ketidakmampuan karena usia, penyakit, isolasi dari masyarakat sehingga menyebabkan masalah pada kondisi psikososial yang memburuk dapat dinyatakan sebagai korban ageisme.

Kesejahteraan Psikologis Lansia

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* adalah suatu kondisi dimana individu menjadi sejahtera dengan menerima diri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif, mandiri, mampu mengendalikan diri dalam lingkungan sosial (Raudatussalamah, 2014; Jahanara, 2017). Sejahtera secara psikologis pada lansia bukan hanya sebatas mencapai kebahagiaan dengan bergelimang materi, sehat secara fisik akan tetapi harus sehat secara psikologis serta mampu memberi makna akan ketenangan yang membawa pada rasa syukur dalam jiwa (Kardas et.al, 2019). Beberapa hasil studi menyebutkan, kesejahteraan psikologis pada lansia menekankan pada tingkat kemampuan dalam menerima dirinya apa adanya, mandiri terhadap tekanan sosial,

meningkat kemampuan spiritual serta memiliki arti dalam hidup (Garcia, 2015; Moghadamfar, 2018). Konteks kesejahteraan Psikologis pada lansia tidak terlepas dari derajat kualitas hidupnya, sehingga tolak ukur lansia yang kualitas hidupnya tinggi akan diikuti dengan kesejahteraan psikologis yang baik begitu juga sebaliknya.

Ryf dalam Kovalenko (2018) menjelaskan terdapat enam unsur dalam *psychological well-being*, akan tetapi pada lansia unsur yang sangat berperan menjadi 3 yaitu; 1). Penerimaan diri, unsur ini dapat dikaitkan dengan rasa percaya diri. Lansia yang dapat menerima dirinya akan cenderung memiliki persepsi dan sikap positif seperti menerima semua aspek diri, termasuk memandang masa lalu sebagai sesuatu yang baik. 2). Otonomi lansia yang memiliki otonomi mampu mengatur dirinya sendiri, mandiri dan memiliki keinginan sesuai dengan kemampuannya. 3). Tujuan dalam hidup, lansia yang memiliki tujuan hidup yang baik menganggap pengalaman hidup masa kini dan masa lalu akan memberikan arah dalam kehidupannya. Sebaliknya lansia yang kurang sejahtera secara psikologis akan ditandai dengan beberapa hal yaitu a) merasa putus asa dan sangat tergantung atau menunggu dukungan

keuangan dari sanak famili (anak-anaknya), b) mudah mengalami kepikunan (*dementia*), dan sulit mengingat nama-nama orang lain, sahabat, kerabat yang pernah dikenalnya, c) cenderung bersikap pasif, melamun dan malas untuk melakukan kegiatan olah-raga, d) merasa malas untuk menjalankan ibadah.

Peran Harga Diri Dalam Kesejahteraan Psikologis

Harga diri pada lansia merupakan menjadi faktor penentu kesejahteraan psikologisnya (Levy et al., 2016). Harga diri merupakan penilaian atau persepsi seseorang terhadap dirinya. (Hausdorff et al., 2019). Harga diri merupakan gambaran diri yang berpengaruh pada citra diri, semakin positif citra diri pada seseorang maka akan semakin tinggi harga dirinya (Bernard, 2013). Konsep harga diri pada lansia erat mempengaruhi persepsi, penilaian terhadap keberadaannya sehingga tidak terlepas dari pandangan lingkungan terhadap dirinya (Salimian et al., 2012).

Harga diri bagi lansia dianggap sebagai filter yang sangat efektif dalam mempertahankan identitas pada diri individu meskipun seiring bertambahnya usia. Beberapa penelitian sebelumnya terbukti secara empiris bahwasanya harga

dan citra diri yang positif sangat signifikan terhadap kekuatan memori yang lebih baik, kemampuan pendengaran, optimis dan memperlambat sel - sel penuaan (Hess et al., 2012), resiko rendah penyakit kardiovaskular, tidak rentan terhadap depresi, dan kualitas hidup yang baik (Dong et al, 2010).

Harga diri pada lansia terbentuk seiring pengalaman yang diterima. idealnya harga diri berperan sebagai pembentuk kualitas kesehatan mental. Menurut Grad dalam Nafli (2019) terdapat karakteristik individu dengan harga diri yang tinggi dan rendah. Adapun karakteristik harga diri yang tinggi diantaranya percaya diri, optimis, kepribadian yang menyenangkan, dan memiliki kontrol diri yang baik. Sedangkan karakteristik citra diri yang negatif diantaranya merasa rendah diri, pesimis, emosi negatif dan kepuasan subjektif.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan pendekatan *kuantitatif* dengan menggunakan *variabel Intervening*.

Teknik sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Penelitian ini menggunakan partisipan berjumlah 102 orang lansia yang tergabung dalam komunitas senam lansia gerontologi di Kabupaten Banyuwangi. Instrument yang digunakan skala ageisme menggunakan *ageism scale*, dari Ayalon (2019), terdiri dari 8 item pernyataan. Skala harga diri menggunakan *Rosenberg Self Esteem* dari Mayordomo et.al (2019) terdiri dari 8 item pernyataan. Skala kesejahteraan Psikologis menggunakan *The Scale Psychological well-being (SPWB)* dari Kovalenco (2018) terdiri dari 26 item pernyataan. Analisis data menggunakan Analisis Jalur (*Path Analysis*), yaitu Model perluasan regresi yang digunakan untuk menguji keselarasan matriks korelasi dengan dua atau lebih model hubungan sebab akibat yang dibandingkan oleh peneliti. Data dianalisis dengan bantuan SPSS 20 for windows.

HASIL

Dalam penelitian populasi berdasarkan karakteristik subjek penelitian ditunjukkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

1. Deskripsi Statistik Subjek dan variabel penelitian (n = 102)

Karakteristik Subjek Penelitian	Jumlah (N)		Ageisme		Harga Diri		Kesejahteraan Psikologis	
	N	%	M	SD	M	SD	M	SD
Kelompok Usia								
58 - 70	68	66	22,06	3,23	31,03	5,92	98,67	7,73
71 - Keatas	24	34	21,76	5,22	26,78	5,28	94,74	7,44
Jenis Kelamin								
Laki-laki	44	43	30,67	4,93	26,62	4,74	89,48	7,14
Perempuan	58	57	26,78	2,08	28,42	5,49	90,49	5,06
Pendidikan								
Tidak Sekolah	79	77	20,23	1,12	25,94	5,61	81,80	7,09
SD - Sarjana	23	23	26,42	1,65	29,64	5,26	95,35	7,25
Pendapatan								
Rendah	66	65	22,06	2,54	22,06	2,06	92,06	2,06
Tinggi	46	35	21,76	1,78	30,16	1,76	100,76	1,34
Riwayat penyakit								
Ringan								
Berat	52	51	22,06	5,06	30,12	3,06	97,06	2,56
Aktivitas								
Aktif								
Pasif	48	47	22,06	22,06	29,06	5,06	101,06	3,06
	54	53	21,76	21,76	24,76	1,79	91,68	6,76
Total	102	100						

Hasil skor pada masing – masing variabel berdasarkan pedoman penskoran pada alat ukur kesejahteraan psikologis menunjukkan kategori tinggi pada lansia dengan pendapatan tinggi dan yang memiliki aktivitas dinamis. Variabel harga diri dalam kategori tinggi pada

semua subjek dan variabel ageisme ditunjukkan dalam kategori tinggi terlebih pada lansia laki - laki dan berpendidikan. Guna mengetahui hasil korelasi antar variabel ditunjukkan dalam bentuk sebagaimana tabel berikut:

Tabel.2 Hasil Uji Korelasi antar Variabel

Variabel	Ageisme	Harga Diri	Kesjahteraan Psikologis
Ageisme	1	0,418**	- 0,196*
Harga Diri		1	0,296**
KesejahteraanPsikologis			1

Keterangan: * = p < 0,05; ** = p < 0,01

PEMBAHASAN

Uji korelasi antar variabel pada tabel diatas menunjukkan terdapat korelasi negatif signifikan antara variabel ageisme dengan variabel kesejahteraan psikologis sebesar ($r = -0,196$; $p = 0,021$) dan korelasi variabel harga diri dengan variabel kesejahteraan psikologis sebesar ($r = -0,296$; $p = 0,018$). Hal tersebut juga menunjukkan ageisme berkontribusi sebesar 19,6% dan variabel harga diri berkontribusi sebesar 29,6% dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, selebihnya di sebabkan oleh variabel lainnya. Angka koefisien negatif pada ageisme menunjukkan arah berbanding terbalik terhadap harga diri dan kesejahteraan psikologis, artinya semakin besar nilai keduanya maka semakin kecil kecenderungan lansia terhadap ageisme, begitu pula sebaliknya. Sedangkan variabel harga diri berkorelasi positif sangat signifikan dengan kesejahteraan psikologis artinya nilai tinggi pada harga diri maka menurunkan kecenderungan diskriminasi ageisme terhadap lansia dan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan dapat disimpulkan harga diri mampu memediasi hubungan antara ageisme dengan kesejahteraan psikologis.

Merujuk dari hasil penelitian lansia laki- laki yang berpendidikan tinggi cenderung menerima diskriminasi

karena usia atau ageisme, hal ini dikarenakan pola persepsi akan gender laki – laki pribadi yang gagah dan memiliki peran penting dalam masyarakat mulai menurun seiring bertambahnya usia dewasa akhir / lansia dan memasuki masa pasca pensiun. Hal ini didukung oleh penelitian Schermuly (2013) yang menyatakan bahwa diskriminasi usia merupakan anteseden dari perilaku ageisme pada lingkungan kerja dan sosial.

Hasil penelitian ini menemukan bahwasanya secara psikologis harga diri pada karakteristik subjek penelitian pada kategori tinggi, hal ini pula berpengaruh secara langsung pada tingkat/ taraf kesejahteraan psikologisnya yang juga menunjukkan kategori tinggi. Hal tersebut dapat menjadi indikator bahwasanya harga diri yang tinggi cenderung dimiliki bagi lansia yang masih aktif terlibat dalam aktifitas sosial seperti pada partisipan penelitian kali ini seluruhnya tergabung dalam komunitas senam lansia. Hal ini juga senada dengan hasil penelitian Tolewo et.al (2019) yang menyebutkan harga diri pada individu yang dinamis, mendapat dukungan sosial yang kuat dalam interaksi sosialnya akan cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis individu terutama pada tahap

dewasa akhir seperti kelompok usia lansia.

Diskrimnasi berdasar usia (ageisme) dan harga diri dalam penelitian ini sama – sama memberikan kontribusi dalam konteks kesejahteraan psikologis pada lansia, akan tetapi masing – masing memiliki peran yang berbeda dimana ageisme lebih kepada menurunkan kesejahteraan psikologis sedangkan harga diri terbukti mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis, sehingga dapat di simpulkan pula peran harga diri dalam penelitian mampu menjadi variabel mediator yang mampu melemahkan korelasi ageisme dengan kesejahteraan psikologis.

Pada penelitian ini meskipun kedua variabel diskrimnasi usia (ageism) dan harga diri mampu memberikan kontribusi akan tetapi dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia tidak menjadi faktor utama karena pada dasarnya indikator untuk mencapai kesejahteraan psikologis masih terdapat aspek – aspek psikologis lainnya seperti dukungan sosial, pengakuan, pemenuhan kebutuhan seksualitas, daya ketangguhan (resiliensi), spiritualitas, dan religiusitas.

KESIMPULAN

Diskriminasi karena usia (ageisme) dalam penelitian ini memiliki korelasi yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis lansia. Selanjutnya, harga diri mampu memediasi dan memperlemah kecenderungan lansia menerima perilaku diskriminasi usia (ageisme). Korelasi diskriminasi usia melalui harga diri terbukti efektif dan signifikan memberikan dampak terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis pada lansia. Dapat disimpulkan dengan meningkatkan harga diri dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, J.O. (2015). Ageism as a risk factor for chronic disease. *Gerontologist*. 56, 610–614
- Ayalon L., Gum A.M. (2015). The relationships between major lifetime discrimination, everyday discrimination, and mental health in three racial and ethnic groups of older adults. *Aging Mental Health*. Vol.15

- Ayalon, L. et al. (2019). Systematic review of existing ageism scales. *Ageing Research Reviews*. Vol.54
- Bernard, M. E. 2013. *The strength of self-acceptance: Theory, practice and research. The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*. New York: Springer.
- Butler, R. (1969). *Ageism: Another form of bigotry. The Gerontologist*, 9, 243–246. doi: 10.1093/geront/9.4_Part_1.24
- Dong, X. Q., Simon, M., Beck, T., & Evans, D. (2010). A cross-sectional population-based study of elder self-neglect and psychological, health, and social factors in a biracial community. *Aging & Mental Health*. Vol.14, No.1
- Garcia, J., Alandete. (2015). Does meaning in life predict psychological well being. *The European Journal of Counselling Psychology*. 3(2), 89-98.
- Hausdorff, J. M., Levy, B. R., & Wei, J. Y. (2019). The power of ageism on physical function of older persons: Reversibility of age-related gait changes. *Journal of the American Geriatrics Society*. Vol. 47
- Hess, T. M., Auman, C., Colcombe, S. J. (2012). The impact of stereotype threat on age differences in memory performance. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*. Vol. 57B
- Iversen, T. N, Larsen, L. (2009). A Conceptual Analysis of Ageism. *Norden Psychology*. Vol. 61
- Jahanara, M. (2017). Optimism, hope and mental health: optimism, hope, psychological well-being and psychological distress among students, university of pune, india. *International Journal of Psychological and Behavioral Sciences*, 11(8), 452-455
- Kardas, F., Cam, Z., Eskisu, M., & Gelibolu, S. (2019). Gratitude, Hope, Optimism and Life Satisfaction as Predictors of Psychological Well-Being. *Eurasian Journal of Educational Research*, 82, 81-100. DOI: 10.14689/ejer.2019.82.5
- Kemenkes Republik Indonesia. (2020). *Populasi Lansia Diperkirakan Terus Meningkat Hingga Tahun 2020*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/> diakses tanggal 20 Oktober 2021
- Kovalenko, O. Spivak, M.L. (2018). Psychological Well-being of Elderly People : The Social Factors. *Social Welfare Interdisciplinary Approach*. 1(8) DOI:10.21277/sw.v1i8.323
- Lamont R.A., Swift H.J., Abrams D. (2015). A review and meta-analysis of age-based stereotype threat: negative stereotypes, not

- facts, do the damage. *Psychol. Aging*. Vol.30 No. 80
- Levy, B., Hausdorff, J., Hencke, R., & Wei, J. Y. (2017). Reducing cardiovascular stress with positive self-stereotypes of aging. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*. Vol. 55B
- Levy, B., Slade, M., & Gill, T. (2016). Hearing decline predicted by elders' stereotypes. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*. Vol.61B
- Mayordomo, T., Gutierrez, M., Sales, A. (2019). Adapting and Validating the Rosenberg Self Esteem Scale for Elderly Spanish Population. *International Psychogeriatrics Association*. 1(8)
DOI:10.1017/s104161021900117
- Moghadamfar, N., Amraei, R., Asadi, F., & Amani, O. (2018). The efficacy of acceptance and commitment therapy (act) on hope and psychological well-being in women with breast cancer under chemotherapy. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing (IJPN)*. 6(5), 1-7. DOI: 10.21859/ijpn-06051
- Nafli, Amaliyah. 2019. Hubungan Antara Citra Diri Dengan Perilaku Konsumtif Membeli Produk Make Up Pada Wanita Karir. *Skripsi*. UIN Raden Intan Lampung.
- Raudatussalamah, S. R. (2014). Pemaafan (Forgiveness) dan Psychological Well-Being pada Narapidana Wanita. *Jurnal Marwah*. 13(2)
- Salimian, M. A., Hosainian, R. (2012). The Effects of Optimism and Openness to Experience on Employees ' Happiness. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*. 2(11)
- Schermuly, C.C., Deller, J., Busch, V. (2013). A Research Note on Age Discrimination and the Desire to Retire: The Mediating Effect of Psychological Empowerment. *Research on Aging*. <https://doi.org/10.1177/0164027513508288>
- Tolewo, S.P., Kurnaningsi, Y., Setiawan, A. (2019). The Influence of Social Support and Self Esteem on Subjective Well-Being in Elderly of Pamona Utara Sub- District Poso Regency. *Journal PSIKODIMESIA*. 18(1) DOI 10.24167/psidim.v18il.1789
- Vitman, A., Iecovich E., Alfasi, N. (2013). Ageism and social integration of older adults in their neighborhoods in Israel. *Gerontologist*. Vol.20
- World Health Organization. 2019. *World Report on Ageing and Healthy Psychologis*.