# BAB I
# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Lansia memiliki amanat perkembangan yaitu melakukan penyesuaian yang meliputi empat hal utama dalam kehidupan masa tuanya. *Pertama,* sesuaikan kepribadiannya. *Kedua,* penyesuaian diri dengan lingkungan sosial. *Ketiga,* sesuaikan dengan pekerjaan dan *Keempat*, sesuaikan dengan keluarga.[1]

Dari data hasil sensus yang sudah dilakukan oleh BPS (2015, h. 8), terdapat 21,68 juta jiwa manusia lansia di Indonesia (8,49%) dari populasi penduduk. Hasil survei oleh BPS tersebut menunjukan awal yang kurang baik dengan angka 7% pada tahun 2020 meningkat sebesar 1,20%. Di dapat juga angka harapan hidup perempuan lansia lebih tinggi di banding laki-laki, dengan angka perbandingan sebesar 8,96%, di banding laki-laki sebesar 7,91%. Perkembangan infrastruktur yang besar dengan jumlah lansia yang tentu diikuti dengan kualitas hidup, meski kualitas hidup lansia masih dianggap rendah, dapat dilihat dari berbagai indikator yang ditunjukan serta beban ketergantungan akan keluarga semakin meningkat.[2]

---

[1] Hurlock, Elizabeth B.*Psikologi Perkembangan*: *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.* (Jakarta : Gramedia. 1980) Hlm. 386

[2] Badan Pusat Statistik. 2015. *http://bps.go.id.* Diakses pada tanggal 2 januari 2022 pada pukul 19.00 WIB

Fenomena sering terjadi pada lansia yang bertumbuh dan kurang berkembang dengan berbagai faktor yang mempengaruhi, permasalahan perkembangan pada lansia memberikan perhatian lebih kepada pemerintah untuk dapat dikembangkan pada lansia, penurunan kondisi fisik dan psikis yang dialami oleh lansia semakin meningkat dari jumlah populasi lansia di Indonesia. Dengan dikeluarkannya UU Nomor 3 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lansia memberikan pemerintah memiliki Kewenangan dan Kebijakan Yang dapat dilakukan.

Penyesuaian diri sebagai bentuk kemampuan individu untuk dapat menghadapi tuntunan perubahan dalam dirinya, perubahan tersebut bisa berasal dari lingkungan sekitar maupun individunya. Sehingga untuk dapat memperoleh keseimbangan diperlukan keselarasan antar individu dengan realitas perubahan yang terjadi.

Adaptasi *(adaptation*) dapat diartikan sebagai penyuasain diri seseorang terhadap lingkungan yang baru. Adapatasi pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, atau biologis. Misalnya, seorang yang pindah tempat dari daerahnya kemudian harus beradaptasi di tempat yang baru. Secara sederhana penyesuaian dapat diartikan seseorang untuk bertahan hidup mempertahankan secara fisik oleh dirinya (*self-maintenance atau survival).*

Menurut Hurlock (1999), bahwa periode yang dialami lansia merupakan sebuah rentang dalam kehidupan seseorang,

dengan ditandainya perubahan fisik dan psikologis terhadap orang tersebut sehingga lansia mendapati kesadaran yang mutlak terhadap dirinya. Dampak dari perubahan pada periode tersebut menunjukan penyesuaian yang baik atau buruk.[3] Mu'tadin (dalam saragih, 2006) menjelaskan seseorang yang dapat berhasil menyesuaikan diri terhadap dirinya ditandai dengan tidak membenci dirinya sendiri terhadap perlakuan dari yang lain, kurang percaya diri, maupun lari dari kenyataan dan tidak bertanggung jawab. Sebaliknya, kegagalan yang dialami seseroang yang gagal dalam penyesuaian diri akan merasakan guncangan emosi yang tak terkendali, sering cemas, tidak pernah puas terhadap kehidupan dan mengeluh terhadap nasib dan situasi yang dihadapi.[4] Ada dalam penyesuaian *social* yang terjadi dalam lingkungan social individu dan tempat interaksinya. Dengan kata lain individu tetap mematuhi norma dan aturan yang berlaku dalam kehidupan social.

Konseling realitas adalah suatu metode untuk merupkana sebuah cara yang dilakukan konseler untuk membantu klien memenuhi kebutuhan dasar psikologisnya, kebutuhan dasar tersebut dimaksudkan untuk saling mencintai dan saling dicintai serta dapat merasakan kepercayaan diri yang tinggi untuk

---

[3] Hurlock, Elizabeth B.Psikologi Perkembangan: *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Jakarta : Gramedia. 1980) Hlm. 387

[4] Mu'tadin. *Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologis Pada Remaja*. www.epsikologi.com. diakses 10 juni 2022 jam 19.50 wib

berguna terhadap orang lain. [5] sebab konseling realitas dapat merubah individunya dengan memenuhi kebutuhan dasar tersebut. Perubahannya tertentu bergantu pada aktivitas klien. [6]

Konseling realitas dibangun bahwa manusia adalah agen yang menentukan dirinya sendiri, dimana manusia itu sendiri seorang pribadi yang dapat merubah keadaannya sendiri, sesuai dengan kemampuan yang dimiliki serta sejalan dengan aturan atau norma-norma yang berlaku pada masyarakat.[7]

Keluarga adalah tempat berlindung. Namun pada kenyataannya, tiada sebagian lansia yang hidup sendirian atau sebatang kiara. maka dari itu peneliti ditempatkan dibagikan konseling bertujuan untuk bisa memberikan kenyataan yang tiada dan bisa memberikan keikhlasan iuntuk bisa menerima situasi yang tiada ide sini. Tidak sedikit juga lansia ada di Unit Pelaksana Tindakan Daerah ini mengalami kesepian dan belum menerima kondisi yang mereka sedang dialami. bahwal itu sebenarnya tidak baik dilakukan karena akan mengganggu kesehatan dan kenyamanan para lansia.

Dalam hal ini peneliti melaksanakan penelitian ini di Dinas Sosial Unit Pelaksana Tindakan Daerah Perlindungan Sosial Cipocok Jaya, ada beberapa lansia yang belum memaksimalkan penyesuaian diri di Unit Pelaksana Tindakan Daerah Perlindungan Sosial Provinsi Banten. Adapun gejala yang

---

[5] Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap*i. Terjemahan koeswara, Bandung, PT Refika Aditama, 1997 h.268

[6] Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*..,..,h.265

[7] Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*..,..,h.265

di alami oleh lansia adalah yaitu ketidak nyamanan tempat atau dengan orang-orangnya, merasa kesepian, dan tidak bisa bersosialisai atau membatasi diri.

Pada saat peneliti melakukan observasi, Peneliti bertemu dengan salah satu pegawai yang ada di UPTD bernama Mega, kemudian menjelaskan keadaan kondisi UPTD. Di UPTD ini ada 60 lansia ada yang bed rest 4 orang, 56 orang yang bisa mengurus dirinya sendiri, kemudian adanya klinik, ada 5 wisma diantaranya 2 wisma perempuan, 2 wisma laki-laki dan wisma bugenvil (bed rest). Wisma *bed rest* ini di campur adanya perempuan dan laki-laki, setiap hari pegawai UPTD membersihkan para lansia yang ada di wisma *bed rest*

Kemudian hasil dari observasi yang dilakukan banyak para lansia yang tinggal di UPTD merasa sendiri, terbuang atau terisolasi dari keluarga merasa tidak berdaya dan tidak mampu untuk melakukan sesuatu sertaa berbuat banyak untuk hidupnya. Hal ini membuat mereka putus asa dan acuh tak acuh terhdapat lingkungan. Jika kondisi ini terus-menerus akan menimbulkan penyesuaian diri yang tidak maksimal. Karena adanya perasaan tertekan pada lansia.

## B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan sosial Provinsi Banten?

2. Bagaimana efektivitas hasil penerapan Terapi Realitas dalam upaya memaksimalkan penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan sosial Provinsi Banten?
3. Apa saja Faktor Kelebihan dan Kekurangan Terapi Realitas dalam upaya memaksimalkan penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan sosial Provinsi Banten?

## C. Tujuan Penelitian

1. Untuk menjelaskan kondisi penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan Sosial Provinsi Banten.
2. Untuk menjelaskan efektivitas hasil penerapan Terapi Realitas dalam upaya memaksimalkan penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan Sosial Provinsi Banten.
3. Untuk menjelaskan Kelebihan dan Kekurangan Terapi Realitas dalam upaya memaksimalkan penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan Sosial Provinsi Banten.

## D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan keilmuan Bimbingan Konseling Islam yang berkenaan dalam pengembangan teori tentang Terapi Realitas. sebagai penambah wawasan keilmuan Dan acuan kajian ilmiah dalam Konseling individual dengan Terapi Realitas dalam Upaya Memaksimalkan Penyesuaian Diri

Lansia Di Unit Pelaksana Tindakan Daerah Perlindungan Sosial Provinsi Banten.

2. Secara praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat menajadi sebuah acuan dalam meningkatkan kemampuan konselor, membantu peneliti untuk memperkaya model atau Teknik konseling, sebagai bentuk kontribusi kepada peneliti dalam proses pembimbingan kepada klien untuk dapat efektif.

b. Bagi konseling

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan manfaat kepada Lansia di UPTD Perlindungan Sosial Provinsi Banten dalam melakukan upaya Penyesuaian Diri, agar mereka dapat hidup sebagai makhluk sosial yang baik dan dapat beradaptasi dengan masyarakat umumnya.

## E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan sebuah penelitian yang dilakukan sebelumnya sebagai bentuk perbedaan dengan penelitian yang dilakukan, sehingga penulis menemukan beberapa penelitian yang relevan dan memiliki novelty yang berbeda dengan penelitian yang lain diantaranya adalah:

1. *Pertama*, dengan judul skripsi "Dukungan Keluarga bagi Lanjut Usia (lansia) di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulya 3 Ciracas Jakarta Utara (Studi kasus nenek sutinem)." Nur Intan Sautri, Program Studi Kesejahteran

Sosial Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 1437 H/ 2016 M, Metode yang peneliti gunakan dalam skripsi ini adalah metodologi penelitian kualitatif dimana dalam teknik pengumpulan data peneliti melakukan wawancara dan observasi. Teknik pemilihan informan yang penelti gunakan ialah *pusposive sampling* dan *snowball sampling*.[8]

Adapun hasil temuan yang peneliti dapatkan mengenai dukungan keluarga yang diberikan oleh keluarga kepada lansia adalah cukup baik. Dimana nenek sutinem mendapatkan dukungan seperti dukungan fisiologis, dukungan psikologis, dan dukungan sosial, meskipun begitu nenek sutinem merasa dibuang oleh keluarganya. Alasan nenek Sutinem tinggal di panti karena nenek Sutinem memiliki hubungan tidak baik dengan menantunya sering bertengkar. jadi anaknya menempatkan ibunya di panti. Penelitian di atas memfokuskan kepada dukungan keluarga terhadap lansia, dan penelitian saya memfokuskan pada penyesuaian diri lansia di UPTD Perlindungan Sosial Provinsi Banten.

---

[8] Nur Intan Saputri, "*Dukungan Keluarga bagi Lanjut Usia (lansia) di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulya 3 Ciracas Jakarta Utara (Studi kasus nenek sutinem*)" (Skripsi Sarjana, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta, 2016), h.13

Perbedaan dari penelitian di atas adalah responden peneliti tidak adanya dukungan keluarga. Maupun dukungan fisiologis dan psikologis. Kemudian peneliti menggunakan terapi realitas untuk penyesuaian diri.

2. *Kedua,* dengan judul "Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengurangi Gejala Depresi Pada Orang Lanjut Usia" oleh Rayne praticia, fakultas psikologi universitas Airlangga. Metode yang digunakan dalam skripsi ini adalah metodologi penelitian kualitatif dimana dalam teknik pengumpulan data peneliti melakukan wawancara dan observasi. Teknik pemilihan informan yang penelti gunakan ialah pusposive sampling dan snowball sampling[9]

   Penelitian di atas lebih memfokuskan kepada Mengurangi Gejala Depresi Pada Orang Lanjut Usia, dimana subyek megalami perasaan sangat tertekan dengan pikiran-pikiran negatifnya. Dan tidak adanya dukungan keluarga maupun masyarakat sekitar.

   Perbedaan penelitian di atas adalah lebih menekakan Depresi lansia sedangkan penelitian ini tidak menekankan tidak menekankan kepada Depresi tetapi lebih menekankan kepada penyesuaian diri lansia.

---

[9] praticia Rayne "*Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengurangi Gejala Depresi Pada Orang Lanjut Usia*" (skripsi magister, fakultas psikologi universitas Airlangga). Surabaya, 2008. h. 11

3. *Ketiga*, Sri Rosita, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuludin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu tahun 2018 M/439 H, dengan judul skripsi "Perasaan Kesepian pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Provinsi Bengkulu." Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan perasaan kesepian yang dialami lansia dan apa yang dilakukan untuk mengatasi kesepian pada lansia di Panti Tresna Werdha Provinsi Bengkulu.[10] Peneliti menggunakan jenis penelitian lapangan dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Informan penelitian ini terdiri dari 10 orang, yang ditetapkan dengan teknik purpusive sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi.

   Penelitian di atas memfokuskan kepada mengatasi perasaan kesepian lansia lalu yang diatasi dengan cara meningkatkan keberagamaan seperti mengaji, berzikir, dan membaca Al-qur'an

   Perbedaan penelitian diatas adalah peneliti lebih menekannya penyesuaian diri di lansia dengan cara melakukan Terapi Realitas dan penerimaan diri pada masa sekarang.

---

[10] Sri Rosita, "*Perasaan Kesepian pada Lansia di Panti Tresna Werdha Proinsi Bengkul"* (Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuludin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, Bengkulu, 2018), h. 7-8.

## F. Definisi Operasional

a. Lansia

Merupakan penyesuaian diri pada lansia untuk berfikir dan berperilaku sama dan menjalanakan persan sosial sesuai dengan harapan dan lingkungan yang berlaku untuk kehidupan yang damai dan tentram.

b. Konseling Individu

Konseling individu adalah cara paling umum untuk memberikan bantuan yang dilakukan melalui pertemuan pengarahan oleh seorang spesialis (konselor) kepada orang-orang yang menghadapi masalah (klien) yang mengarah pada tujuan masalah yang dilihat oleh klien.[11]

c. Teknik Realitas

Teknik realitas adalah jenis prosedur teknik konseling yang ditempatkan untuk memperkenalkan perilaku dan konseling Realitas adalah siklus yang tidak masuk akal. Klien dikoordinasikan untuk mengembangkan tanggung jawab mengenai diri mereka sendiri. Strategi realitas melihat menasihati sebagai interaksi yang wajar. Dalam prosesnya, pemandu harus membuat suasana hangat dan pengertian dan di atas semua itu menumbuhkan pemahaman klien bahwa mereka harus bertanggung jawab untuk diri mereka sendiri.

---

[11] *Prayitno, E.A. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. (Jakarta: Rineka Cipta. 1994) h.*

d. Penyesuaian Diri

Schneiders juga berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah tugas manusia untuk mengendalikan tekanan yang diciptakan oleh kebutuhan, sesuatu yang penting untuk mengikuti kesepakatan antara memenuhi kebutuhan dan persyaratan lingkungan, dan sesuatu yang penting untuk menggabungkan hubungan individu dengan kenyataan saat ini. Ini menggambarkan perubahan sebagai koneksi yang menggabungkan respons mental dan pendekatan manusia untuk bertindak dengan tujuan definitif mengatasi inspirasi batin untuk mendapatkan kecocokan antara permintaan dalam dan alam.[12]

[12] M.Nur Ghufron dan Rini S Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*,…, h. 50-51