

Correlation between Social Supports and Happiness in Elderly People

Hubungan *Social Support* terhadap *Happiness* pada Lansia

Windi Lestari^{*.1)}, Lely Ika Mariyati^{*.2)}

¹⁾²⁾ Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email *Corresponding Author*: ikalely@umsida.ac.id

Abstract. *This research aims to examine the influence of social support on happiness among the elderly residents of the Panti Surya Surabaya Nursing Home. This study employs a quantitative correlational research design, with Social Support (X) as the independent variable and Happiness (Y) as the dependent variable. The research is conducted on all elderly individuals residing in Panti Werdha X, with a total population of 100 people. The sample size is determined using the Slovin's formula with a 5% margin of error, resulting in a sample of 80 individuals. The purposive sampling technique is utilized based on predetermined criteria. Data analysis is performed using JASP version 14.0, employing Pearson correlation testing. The analysis reveals a significant positive correlation between social support and happiness ($r=0.675$, p -value <0.001). This indicates that as social support increases, the perceived happiness of the elderly residents at Panti Surya Surabaya also increases*

Keywords – Social Support, Elderly, Happiness

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *social support* terhadap *happiness* pada lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan variabel *Social Support* (X) sebagai variabel bebas dan variabel *Happiness* (Y) sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan pada semua lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya dengan jumlah populasi sebanyak 100 orang. Selanjutnya sampel penelitian di tentukan dengan menggunakan rumus slovin dengan taraf kesalahan 5% sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 80 orang. teknik sampling menggunakan *purpossive sampling*, sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan peneliti. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan program JASP versi 14.0. dengan teknik pengujian korelasi pearson. Hasil analisis yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social support* dengan *happiness* ($r=0,675$, p -value $<0,001$) Hal ini menandakan Semakin tinggi *social support* maka akan semakin tinggi pula *happiness* yang dirasakan oleh lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya.

Kata Kunci – Dukungan Sosial, Lansia, Kebahagiaan.

I. PENDAHULUAN

Penuaan adalah sebuah proses alami dimana penuaan akan terjadi kepada seluruh sistem tubuh manusia yang mana tiap sistem memiliki kondisi penuaan yang berbeda [1]. Lanjut usia (Lansia) merupakan seorang individu yang sudah memasuki usia 60 tahun. Pada usia ini, banyak kemunduran yang dihadapi oleh para lanjut usia baik itu dari segi fisik, psikis, maupun sosial. Kemunduran yang dialami oleh lansia merupakan proses alami yang disebut dengan proses degeneratif. Pada tahap ini lansia mengalami kesulitan untuk melewati masa tuanya, karena sebagian orang beranggapan bahwa lansia tidak dapat berbuat apa-apa atau tidak berguna [2]. Papalia membagi lanjut usia (lansia) menjadi tiga kelompok yaitu lansia muda usia antara 65 – 74 tahun, lansia tua rentang usia 75 – 84 tahun, dan lansia tertua berusia 85 tahun keatas. Pada periode ini akan terjadi perubahan fisik yang dapat dilihat secara langsung, seperti; adanya kerutan di wajah, rambut menipis dan menjadi putih, bahu membungkuk, otot – otot mengendor, sehingga kemampuan untuk membawa barang – barang yang berat akan berkurang [3]. Selain perubahan fisik juga permasalahan psikologis yang dialami oleh lansia, yaitu kepercayaan diri menjadi rendah dan dapat terjadi peningkatan gejala depresi terutama pada pria [4].

Proses menjadi lansia menghadapkan setiap orang secara alamiah mengalami perubahan fungsi-fungsi fisik, psikologis, sosial dan ekonomi yang mulai mengalami penurunan [5]. Perubahan fisik ditandai dengan adanya kulit yang mulai mengendur, berubah, menurunnya fungsi penglihatan, penurunan aktivitas, dan menurunnya

tingkat kesehatan sedangkan perubahan psikologis dapat dilihat dari daya ingat menurun atau mengalami kepikunan dan emosi yang mudah berubah kemudian yang berhubungan dengan perubahan lingkungan sosial dan ekonomi lansia seperti berhenti bekerja karena pensiun, kehilangan anggota keluarga yang dicintai dan teman dan ketergantungan kebutuhan hidup [6]. Perubahan-perubahan tersebut menjadi suatu kendala dalam menentukan tingkat *Happiness* lansia karena adanya penurunan dalam pemenuhan kebutuhan hidup [7]. Suardirman mengatakan bahwa lansia memiliki tiga kebutuhan yaitu kebutuhan rasa aman, kebutuhan rasa memiliki dan dimiliki, dan kebutuhan aktualisasi diri [8].

Sebagian orang percaya jika happiness merupakan adalah sebuah kebutuhan untuk mencapai kehidupan yang bermakna, dan beberapa kelompok masyarakat menganggap bahwa happiness merupakan tujuan akhir yang harus dicapai [9]. Individu yang bahagia akan memiliki tingkat kesehatan dan juga usia yang lebih panjang serta menurunkan kemungkinan munculnya penyakit kronis, serta baik untuk perkembangan dan relasi sosial dari kehidupan seorang individu [10]. Individu yang bahagia juga dapat mengalami dan memaknai sebuah pengalaman hidup dengan lebih baik, sekaligus pula menciptakan fungsionalitas psikologis yang optimal, sehingga individu dapat meminimalisir beberapa dampak yang muncul dari emosi negatif seperti stress dan juga gejala depresi [11]. Dengan kata lain, keadaan happiness akan membantu orang lansia untuk menjalani dan memaknai hidupnya dengan lebih baik.

Jalloh menjelaskan bahwa Happiness adalah keadaan kesejahteraan emosional yang positif yang subjektif dan bergantung pada penilaian dan evaluasi yang bersifat subjektif dan pribadi [12]. *Happiness* juga didefinisikan sebagai bagaimana penilaian atau perspektif individu kepada kehidupannya yang bersifat ekspresi subjektif serta merupakan evaluasi terkait keadaan emosional dan juga kepuasan hidup [13]. Menurut Seligman *happiness* dibentuk oleh tiga aspek diantaranya adalah kepuasan terhadap masa lalu, *happiness* pada masa sekarang, dan optimisme akan masa depan [9].

Lansia adalah salah satu kelompok masyarakat dengan jumlah yang dominan. Pada tahun 2017 terdapat 23,66 Juta Jiwa penduduk Lansia di Indonesia (9,03%), diperkirakan tahun 2020 terdapat 27,08 Juta Jiwa, tahun 2025 diperkirakan 33,69 Juta Jiwa, tahun 2030 diperkirakan 40,95 Juta Jiwa, dan selanjutnya tahun 2035 diperkirakan 48,19 Juta Jiwa. Pada tahun ini sudah ada 6 provinsi yang memiliki populasi lansia mencapai 10 % yaitu DI Yogyakarta (14,71%), Jawa Tengah (13,81%), Jawa Timur (13,38%), Bali (11,58%), Sulawesi Utara (11,51%), dan Sumatera Barat (10,07%) [14]. Meskipun begitu, Tulisan ilmiah dari Dya dan Oktora menunjukkan bahwa berdasarkan indeks kebahagiaan yang diambil pada beberapa kelompok usia pada tahun 2017 dan 2021, kelompok lansia mendapat persentase terendah jika dibandingkan dengan kategori usia lain dengan perolehan rata-rata 69,18 dan 69,47, lebih rendah jika dibandingkan dengan usia yang lebih muda yang mencapai skor 70 keatas [15]. Selanjutnya studi adwal yang dilakukan oleh Padni et al juga menunjukkan bahwa rerata kebahagiaan yang didapatkan lansia yang beradada pada Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya menunjukkan sebanyak 39,83 yang termasuk kedalam kategori rendah [16]. Beberapa kasus pada penelitian lain tersebut menunjukkan bahwa permasalahan *happiness* merupakan hal yang relevan ditemukan pada individu pada kelompok lansia.

Sebagian besar keberadaan rumah manula menjadi momok bagi para lanjut usia karena mereka merasa tersisih dan terasingkan dari masing-masing keluarga yang masih ada namun mengaku sudah tidak menyanggupi lagi untuk merawat, karena kesibukan tiap anggota [17]. Hal ini juga ditemukan pada kelompok lansia yang berada pada Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya. Beberapa kasus yang ditemukan diantaranya adalah banyaknya lanjut usia yang terlantar di jalanan, keinginan sendiri dengan alasan tidak ingin menyusahkan keluarga, dan ada juga yang diantar oleh keluarganya karena tidak sanggup merawat. Wawancara yang dilakukan kepada beberapa subjek lansia di panti tersebut menunjukkan adanya tingkatan *Happiness* yang rendah pada beberapa lansia tersebut. Mengutip hasil wawancara dari subjek A *"saya merasa kurang bahagia di panti soalnya jarang bertemu dengan anak dan cucu"*. Selanjutnya kutipan wawancara dengan subjek B *"saya merasa tidak bahagia dan puas di panti saat ini karena saya tidak merasa seperti muda dulu banyak teman dan kegiatan"*. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, maka hal tersebut mengindikasikan bahwa terdapat permasalahan *happiness* pada kelompok lansia jika ditinjau dari aspek *happiness* dari Seligman yaitu *happiness* pada masa sekarang sehingga dapat disimpulkan terdapat permasalahan *happiness* pada populasi lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya

Individu dengan *happiness* yang rendah dapat mengarah kepada beberapa perilaku yang dapat merugikan seorang individu, seperti makan makanan yang tidak sehat, merasa kelelahan emosional, dan juga rentan akan terkena depresi [18]. Tingkatan *happiness* yang rendah juga berpotensi mengarah kepada terganggunya kesehatan dari individu tersebut [19]. Oleh sebab tersebut, maka tingkatan happiness yang terjaga pada tingkatan yang sewajarnya akan sangat berdampak pada kehidupan individu lansia.

Happiness pada kelompok usia lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, latar belakang pendidikan, pendapatan, dan pekerjaan [20]. Selanjutnya Steptoe menjelaskan bahwa pada lansia terdapat 8 faktor utama yang dapat mempengaruhi *happiness* pada lansia diantaranya adalah pendidikan, status sosial dan ekonomi, relasi sosial, aktivitas dan penggunaan waktu, keterpaparan terhadap stress, status pernikahan dan keluarga, kepribadian, dan genetika dari individu [21]. Hal tersebut menandakan bahwa relasi sosial baik dari lingkungan atau keluarga merupakan faktor yang dapat mempengaruhi *happiness* lansia. Pernyataan tersebut juga didukung

oleh hasil penelitian oleh Moeini yang menunjukkan ada keterkaitan antara dukungan sosial dengan *happiness* [22].

Menurut Anbazhagan & Gurumoorthy bahwa *social support* adalah suatu interaksi antara individu dengan orang lain yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dasar individu yang meliputi kebutuhan untuk dicintai, dihargai, serta adanya kebutuhan akan rasa aman sehingga memperoleh *happiness*. Weiss menjelaskan indikator *social support* diantaranya yaitu kerekatan emosional (*Emotional Attachment*), Integrasi Sosial (*Social Integration*), Penghargaan atau Pengakuan (*Reassurance of Worth*), Hubungan yang dapat diandalkan (*Reliable Alliance*), Saran atau Informasi (*Guidance*), kemungkinan membantu (*Opportunity for Nurture*) [23]. Menurut Iswatun dalam jurnalnya kualitas hidup lansia dapat ditingkatkan dengan menjaga interaksi sosial lansia. Banyak temuan yang menyatakan interaksi sosial dan kualitas hidup lansia memiliki hubungan. Lansia yang memiliki interaksi sosial dengan keluarga, sesama teman dalam panti dan petugas panti yang baik menghasilkan kualitas hidup yang baik pula [24].

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *social support* dengan *Happiness*. Penelitian yang dilakukan oleh Amalia mengenai gambaran tingginya nilai dukungan sosial akan menaikkan *happiness* pada lansia di Kota Malang, dengan nilai t hitung yang lebih besar [25]. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Ummu et al mengenai dukungan sosial dan *happiness* mengimplikasikan pentingnya dukungan sosial bagi lansia untuk meningkatkan *happiness* di panti sosial dengan kontribusi efektif variable dukungan sosial dengan *happiness* lansia sebesar 26,5% [26]. Penelitian Afifah dan Fauziah mengenai hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *happiness* dengan koefisien korelasi=0,683 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif 46,6%, yang artinya dukungan sosial menjelaskan fenomena *happiness* lansia sebesar 46,6% [27].

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik mengangkat tema hubungan *social support* terhadap *happiness* pada Lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *social support* dengan *happiness* pada Lansia". Adapun hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan *social support* dengan *happiness* pada Lansia Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian ini menggunakan 1 variabel terikat (Y) dan 1 variabel bebas (X). Variabel terikat (Y) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Happiness* (Y), sedangkan variabel bebas (X) yang digunakan adalah *Social Support* (X). Subjek dalam penelitian ini adalah semua Lansia pada Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya dengan jumlah populasi sebanyak 100 orang. Penelitian ini menggunakan jumlah sampel pada penelitian ini dilihat dari rumus slovin dengan taraf kesalahan 5 % terdiri dari 80 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu model *purposive sampling*, dimana pemilihan individu didasarkan pada kriteria yang ditentukan oleh peneliti untuk mencapai tujuan dari penelitian. Alasan digunakannya *purposive sampling* dikarenakan kendala dari sampel yaitu lansia yang tidak memungkinkan untuk diadakannya pengambilan data secara maksimal karena kemampuan tubuh yang menurun, sehingga peneliti memberikan beberapa batas yang ditentukan untuk membuat proses pengambilan data dapat dilakukan. Adapun kriteria dari peneliti adalah sampel merupakan lansia berusia lebih dari 60 tahun, terdaftar didalam panti Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya, sehat secara fisik dan psikis serta komunikatif.

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini mengadopsi skala berjenis skala *likert* yang telah digunakan pada penelitian terdahulu. Skala *social support* mengadopsi dari skala yang digunakan pada penelitian oleh Pratiwi (2015) yang mengacu pada teori dukungan sosial Weiss. Skala ini terdiri dari 6 aspek yaitu kerekatan emosional (*Emotional Attachment*), Integrasi Sosial (*Social Integration*), Penghargaan atau Pengakuan (*Reassurance of Worth*), Hubungan yang dapat diandalkan (*Reliable Alliance*), Saran atau Informasi (*Guidance*), kemungkinan membantu (*Opportunity for Nurture*). Skala ini terdiri atas 23 valid dengan rentangan validitas $R = 0,39 - 0,68$ dan nilai reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,894. Selanjutnya skala *happiness* mengadopsi dari penelitian oleh Mardiah (2011) yang mengacu pada teori *happiness* Selignman. Skala ini terdiri atas 3 aspek yaitu kepuasan masa lalu, *happiness* masa sekarang, dan optimisme akan masa depan. Skala ini terdiri atas 20 aitem valid dengan rentangan nilai validitas *corrected item total correlation* dari 0,372-0,773 dan nilai reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,909. Adapun pilihan alternatif jawaban terdiri atas 5 opsi jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS) Tidak Setuju (TS), Kurang Setuju (KS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan program JASP versi 14.0 for windows dengan teknik pengujian korelasi pearson dan bertujuan untuk menguji hipotesis hubungan variabel bebas (X) yaitu *Social Support* (X) dengan variabel terikat (Y) yaitu *Happiness*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Penyajian Hasil Penelitian

Data yang telah terkumpulkan selanjutnya di analisa data untuk menentukan kebenaran hipotesis penelitian, Berikut adalah data demografi dari sampel penelitian

Tabel 1 Data Demografi Sampel Penelitian

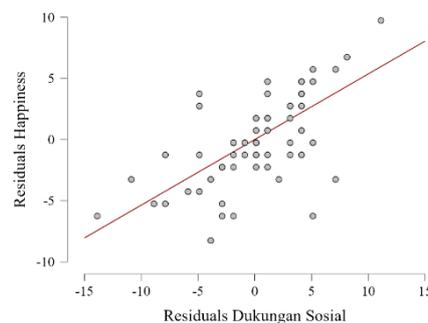
Jenis Kelamin	Jumlah Sampel	Persentase
Laki-Laki	34	42,50%
Perempuan	46	57,50%
Total	80	100%
Usia		
61-70 tahun	45	56,25%
71-80 tahun	35	43,75%
Total	80	100%

Tabel 2 Uji Normalitas Data

Statistik Deskriptif	Dukungan Sosial	Happiness
Shapiro-Wilk	0.974	0.985
P-value of Shapiro-Wilk	0.102	0.471

Bedasarkan uji *Shapiro-wilk* untuk menguji normalitas data, data dukungan sosial mendapatkan $p\text{-value}=0,102$ dan data *happiness* mendapatkan $p\text{-value}=0,471$. Hasil ini menandakan bahwa data penelitian telah terdistribusi normal karena nilai $p\text{-value} > 0,05$ sehingga asumsi normalitas telah terpenuhi.

Tabel 3 Uji Linearitas



Hasil uji linearitas dengan menggunakan metode grafik menunjukkan bahwa baik data *happiness* dan data dukungan sosial tersebar mendekati garis linear yang miring ke atas dan sebaran garis linieritas membentuk bentuk elips. Hasil ini menandakan bahwa data penelitian memiliki hubungan linear sehingga asumsi linearitas telah terpenuhi.

Tabel 4 Uji Korelasi

Variables	Pearson's r	p
Dukungan Sosial - Happiness	0.675	< .001

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *happiness* ($r=0,675$, $p\text{-value} < 0,001$). Hasil ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkatan dukungan sosial, maka akan semakin tinggi pula tingkatan *happiness* sedangkan semakin rendah tingkatan dukungan sosial, maka akan semakin tinggi pula tingkatan *happiness*.

Tabel 5 Sumbangan Efektif

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	3.599
H ₁	0.675	0.455	0.448	2.673

Sumbangan efektif yang diberikan oleh dukungan sosial terhadap tingkatan *happiness* pada sampel penelitian sebesar 45,5% ($R^2=0,455$). Adapun hal tersebut menandakan bahwa sebanyak 54,5% data penelitian dijelaskan oleh faktor lain yang berada diluar variabel dukungan sosial.

Tabel 6 Kategorisasi Social Support

Kategori	Rentangan	Jumlah	Persentase
Sangat Tinggi	>99	2	2,50%
Tinggi	99-94	26	32,50%
Menengah	93-90	29	36,25%
Rendah	89-85	17	21,25%
Sangat Rendah	<85	6	7,50%

Tabel 7 Kategorisasi Happiness

Kategori	Rentangan	Jumlah	Persentase
Sangat Tinggi	>86	2	2,50%
Tinggi	85>82	30	37,50%
Menengah	81-78	30	37,50%
Rendah	77-75	13	16,25%
Sangat Rendah	<75	5	6,25%

Hasil kategorisasi data tingkatan *social support* dan *happiness* menunjukkan tingkatan *social support* yang berada pada kategori menengah hingga sangat tinggi sebanyak 71,25%, selanjutnya tingkatan *happiness* yang berada pada kategori menengah hingga sangat tinggi sebesar 77,50%. Meskipun begitu, masih dapat ditemukan beberapa sampel yang mendapatkan kategori rendah dan sangat rendah dengan total persentase *social support* sebesar 28,75% dan *happiness* mendapatkan persentase sebesar 22,50%. hal ini menunjukkan jika dibandingkan dengan sesama anggota sampel, maka masih ditemukan beberapa sampel yang memiliki tingkatan *social support* dan *happiness* yang rendah.

B. Pembahasan

Hasil analisa data yang telah dilakukan pada lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *social support* dengan *happiness* ($r=0,675$, $p\text{-value} < 0,001$). Hal ini berarti semakin tinggi *social support* maka akan semakin tinggi pula *happiness* dan semakin rendah tingkatan *social support* maka akan semakin rendah pula tingkatan *happiness* pada lansia. Hal ini juga membuktikan bahwa hipotesis penelitian tentang adanya hubungan antara *social support* dengan *happiness* terbukti benar sehingga hipotesis dapat diterima.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Uraningsari dengan Djalali [30] menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social support* dan *happiness* pada kelompok lansia di daerah Surabaya ($r= 0.424$, $p= 0.008$). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Khuzaimah et al menunjukkan pula adanya hubungan positif yang signifikan antara *social support* dan *happiness* pada kelompok lansia laki-laki dan Perempuan ($r= 0,514$, $p=0,001$) [31]. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Amalia et al menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *social support* dan *happiness* pada kelompok lansia yang tinggal di panti jompo ($r = 0686$, $p = 0.000$) [32]. Hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu yang selaras menunjukkan bahwa terdapat ada keterkaitan searah dan signifikan antara variabel *social support* dengan *happiness* pada kelompok lansia.

Penjelasan yang dapat menjelaskan hasil penelitian ini diantaranya adalah kelekatan antara pasangan dan keluarga berpengaruh kepada kesejahteraan emosional dan *happiness* dari individu, khususnya lansia dimana pada masa lansia, lansia mulai kehilangan orang-orang yang dia kenali sedangkan lansia juga tetap membutuhkan interaksi untuk memenuhi kebutuhan sosialnya [33]. Aspek lain seperti pengakuan dan penghargaan orang terdekat dari lansia juga memberikan pengaruh kepada *self esteem* lansia, dimana lansia dengan *self esteem* yang rendah akan berpengaruh kepada kesejahteraan dan *happiness* yang dimiliki pada usia lansia [34].

Tan et al menjelaskan bahwa *social support* yang dimiliki oleh lansia dapat mempengaruhi tingkatan *social loafing*, dan konstruk dari *social support* sendiri dapat memberikan dampak kepada *well-being* yang selanjutnya dapat mengarahkan seorang individu untuk bahagia didalam hidupnya [35]. Hal ini juga dikarenakan ketika individu melakukan interaksi sosial dengan individu lain, maka individu tersebut mendapatkan identitas dan stabilitas terkait arti hidup, harga diri, perasaan keterlibatan dalam sebuah kelompok, dan juga perspektif yang baik kepada diri sendiri [36].

Keluarga, teman, dan juga aktivitas sosial juga berkorelasi dengan kualitas hidup, kesejahteraan emosional, dan kepuasan hidup dimana ketiga hal tersebut berkaitan dengan *happiness*, adapu keluarga teman dan juga aktivitas sosial disebut dengan sumber daya sosial atau *social resources* yang dapat memberikan dampak kepada *happiness* [37]. Adapun bantuan dari orang-orang terdekat yang berada pada posisi dan rentan kehidupan yang produktif dapat membantu lansia dengan beberapa kekurangan yang dialami di masa lansia, yang selanjutnya memunculkan perasaan dipedulikan dan *happiness* pada lansia dan menghindarkan mereka dari kelelahan secara emosional karena beberapa perasaan yang dialami [38].

Adanya dukungan sosial pada lansia juga dapat memfasilitasi dan mempromosikan pola hidup yang sehat, memberikan saran dan juga umpan balik, serta mendorong lansia untuk melakukan beberapa aktivitas yang mengarah pada tercapainya tujuan pribadi yang dimiliki oleh lansia tersebut [39]. Salah satu kebutuhan dari lansia sendiri adalah kebutuhan lansia yang diantaranya adalah bersosialisasi dengan semua individu pada segala usia sehingga mereka memiliki banyak teman untuk diajak berkomunikasi, berbagi pengalaman, dan juga berdiskusi terkait bagaimana caranya untuk mencapai kehidupan yang lebih baik, beberapa hal tersebut dibutuhkan lansia untuk memenuhi kebutuhan sosialnya yang dapat mengarahkan lansia untuk merasa bahagia [40].

Pada tabel kategorisasi data menunjukkan bahwa sebagian besar sampel penelitian berada pada tingkatan *social support* dan *happiness* menengah ke atas. Selanjutnya hanya ditemukan pula beberapa sampel berada pada kategori rendah yang menunjukkan bahwa fenomena *social support* dan *happiness* yang rendah masih dapat ditemukan pada sampel lansia. Boyles bahwa seseorang bisa merasakan bahagia dikarenakan adanya *social support* yang dapat membuat kualitas hubungan keluarga menjadi lebih baik. *Happiness* juga dapat tercapai melalui perlindungan terhadap stress dan pandangan hidup duniawi yang tercipta dari rasa penuh harap, tidak mudah putus asa, harapan masa depan yang baik di dunia dan hari kemudian, perasaan penerimaan yang tinggi karena adanya *social support* dari orang lain [41].

Sumbangan efektif yang diberikan oleh *social support* kepada *happiness* sebesar 45,5%, yang tergolong sumbangan yang cukup besar karena hampir mencapai separuh persentase total. Namun demikian sebanyak 54,5% dari fenomena *happiness* pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yang berada diluar variabel *social support*. Menurut Seligman bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi *happiness* individu yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor Eksternal yang terdiri dari uang, pernikahan, kesehatan, agama, *family support* dan usia. Selanjutnya faktor internal terdiri dari Kekuatan Karakter, Kepuasan terhadap masa lalu, dan *happiness* pada masa sekarang [42]. Beberapa variabel tersebut dapat berpotensi untuk memberikan dampak kepada tingkatan *social support* dari kelompok lansia pada penelitian ini.

IV. SIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan hasil bahwa *social support* dengan *happiness* memiliki hubungan yang positif. Hasil ini juga menunjukkan bahwa hipotesis penelitian bahwa terdapat hubungan positif antara kedua variabel terbukti benar sehingga hipotesis penelitian dapat diterima.

Rekomendasi yang dapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian ini adalah peningkatan intensitas pada pemberian dukungan sosial pada lansia-lansia yang berada di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya, baik dari pihak panti ataupun dari pihak keluarga lansia. Hal ini dikarenakan berkaitannya *happiness* dari lansia dengan dukungan sosial yang ada disekitarnya sekaligus pula beberapa dampak dari tingkatan *happiness* yang dapat mengarah pada menurunnya kondisi fisik ataupun psikologis dari lansia. Panti dapat menjalankan beberapa program yang menyenangkan untuk meningkatkan interaksi sosial lansia dengan orang disekitarnya, ataupun juga keluarga disarankan untuk meluangkan waktu untuk menjenguk lansia yang berada pada panti agar mereka merasa dipedulikan.

Saran peneliti untuk penelitian selanjutnya adalah pengembangan dari penelitian ini, yang mana dapat dilakukan dengan menggunakan metode penelitian yang lebih komprehensif dan kompleks. Adapun penelitian selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi dan bahan pengembangan dengan mempertimbangkan beberapa variabel lain yang dapat mempengaruhi variabel *social support* pada lansia.

Adapun beberapa limitasi pada penelitian ini adalah subjek yang digunakan dalam penelitian terbatas, hanya terfokus pada Lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya, sehingga perlu adanya pengembangan penelitian dengan menambah populasi yang lebih luas lagi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya yang telah bersedia untuk menanggapi dan memberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada peneliti. Selain itu, peneliti juga berterima kasih kepada para responden yang telah bersedia menjadi subjek dan bagian dari dalam penelitian ini.

REFERENSI

- [1] V. D. Kaunang, A. Buanasari, and V. Kallo, "Gambaran Tingkat Stres pada Lansia," *J. Keperawatan*, vol. 7, no. 2, 2019.
- [2] A. Anbazhagan and S. Gurumoorthy, "Social Support and Role Conflict-What Is the Link," *J. Manage.*, vol. 7, no. 1, pp. 193–198, 2015.
- [3] E. Meliyana, "Masa Tua Yang Bahagia dan Berguna," *J. Sociohumaniora Kodepena*, vol. 4, no. 2, pp. 192–197, 2023.
- [4] G. A. T. Parasari and M. D. Lestari, "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Kelurahan Sading," *J. Psikol. Udayana*, vol. 2, no. 1, pp. 68–77, 2015, doi: 10.24843/jpu.2015.v02.i01.p07.
- [5] H. Yusuf, N. R. Irmayani, I. Noviana, and A. D. Amalia, "Kualitas Hidup Lanjut Usia di Daerah Rawan Bencana (Studi kasus di Desa Sukamanah Kecamatan Pangalengan)," 2016. [Online]. Available: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:115077722>
- [6] L. Andriani and Sugiharto, "Gambaran Tingkat Kebahagiaan pada Lansia yang Tinggal di Komunitas," *J. Keperawatan BSI*, vol. 10, no. 2 SE-Articles, Sep. 2022, [Online]. Available: <https://ejournal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/873>
- [7] A. Boyle and M. R. Anderson, *Human rights approaches to environmental protection*. Oxford University Press, 1996.
- [8] A. Carr, *Positive psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. Routledge, 2013.
- [9] N. Extremera and P. Fernández-Berrocal, "The Subjective Happiness Scale: Translation and Preliminary Psychometric Evaluation of a Spanish Version," *Soc. Indic. Res.*, vol. 119, no. 1, pp. 473–481, 2014, doi: 10.1007/s11205-013-0497-2.
- [10] J. de Neve, E. Diener, L. Tay, and C. Xuereb, "The objective benefits of subjective well-being.," *CEP Discuss. Pap. No 1236*, no. 1236, pp. 1–35, 2013, [Online]. Available: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2306651
- [11] A. Killen and A. Macaskill, "Using a Gratitude Intervention to Enhance Well-Being in Older Adults," *J. Happiness Stud.*, vol. 16, no. 4, pp. 947–964, 2015, doi: 10.1007/s10902-014-9542-3.
- [12] A. Jalloh, T. Flack, and K. Chen, "Measuring Happiness: Examining Definitions and Instruments," *Illuminare*, vol. 12, no. 1, pp. 59–67, 2014.
- [13] B. M. Luchesi, N. A. de Oliveira, D. de Moraes, R. M. de Paula Pessoa, S. C. I. Pavarini, and M. H. N. Chagas, "Factors associated with happiness in the elderly persons living in the community," *Arch.*

- Gerontol. Geriatr.*, vol. 74, pp. 83–87, 2018, doi: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.10.006>.
- [14] B. P. Statistik, “Pelanggaran Lalu Lintas Menurut Bulan Tahun 2018,” 2019. <https://sidoarjo.kab.bps.go.id/statictable/2019/08/12/93/pelanggaran-lalu-lintas-menurut-bulan-2018.html>
- [15] C. A. Dya and S. I. Oktora, “Pengaruh modal sosial terhadap kebahagiaan penduduk lanjut usia di Indonesia,” *J. Kependud. Indones.*, vol. 18, no. 1 SE-Articles, pp. 75–92, Sep. 2023, doi: 10.55981/jki.2023.1696.
- [16] S. Putri Darma Padni, I. P. Aditya Perdana, G. Ripan Briantana Renda, and R. Chandra, “BERANI: Bersyukur Atas Kehidupan Ini sebagai Upaya Peningkatan Subjective Well Being pada Lansia,” *J. Pengabd. Kpd. Masy. Nusant.*, vol. 5, no. 1 SE-, pp. 910–915, Feb. 2024, doi: 10.55338/jpkmn.v5i1.2782.
- [17] J. Harijanto and J. L. Setiawan, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perantau Di Surabaya,” *Psychopreneur J.*, vol. 1, no. 1 SE-Articles, pp. 85–93, May 2017, doi: 10.37715/psy.v1i1.361.
- [18] M. A. Sharif, C. Mogilner, and H. E. Hershfield, “Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being,” *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 121, no. 4. American Psychological Association, Sharif, Marissa A.: Department of Marketing, Wharton School, University of Pennsylvania, 3730 Walnut Street, Jon M. Huntsman Hall 751, Philadelphia, PA, US, 19103, masharif@wharton.upenn.edu, pp. 933–947, 2021. doi: 10.1037/pspp0000391.
- [19] S. Read, E. Grundy, and E. Foverskov, “Socio-economic position and subjective health and well-being among older people in Europe: A systematic narrative review,” *Aging Ment. Heal.*, vol. 20, no. 5, pp. 529–542, 2016, doi: 10.1080/13607863.2015.1023766.
- [20] Z. Mahmoodi, M. Yazdkhasti, M. Rostami, and N. Ghavidel, “Factors affecting mental health and happiness in the elderly: A structural equation model by gender differences,” *Brain Behav.*, vol. 12, no. 5, p. e2549, May 2022, doi: <https://doi.org/10.1002/brb3.2549>.
- [21] S. A. Shah *et al.*, “Factors associated with happiness among malaysian elderly,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 18, no. 7, 2021, doi: 10.3390/ijerph18073831.
- [22] B. Moeini, M. Barati, M. Farhadian, and M. H. Ara, “The Association between Social Support and Happiness among Elderly in Iran,” *Korean J. Fam. Med.*, vol. 39, no. 4, pp. 260–265, Jul. 2018, doi: 10.4082/kjfm.17.0121.
- [23] Z. L. Muzizatin, “Pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan remaja di man 1 kota malang,” pp. 1–116, 2021, [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/34795/>
- [24] M. Mardiyah, “Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Agama Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak,” *J. Kependidikan*, vol. 3, no. 2, pp. 109–122, 2017, doi: 10.24090/jk.v3i2.902.
- [25] L. Marini and S. Hayati, “Pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia di perkumpulan lansia Habibi dan Habibah,” *Sumatera Fak. Psikol. Univ. Sumatera Utara fpsi. mercubuana-yogya*, 2009.
- [26] S. Hidayah, “Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lansia yang Tinggal di UPTD Panti Sosial,” *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 4, no. 3, pp. 544–552, 2016, doi: 10.30872/psikoborneo.v4i3.4091.
- [27] E. Hikmawati and A. Purnama, “Kondisi Kepuasan Hidup Lansia.” PKS, 2008.
- [28] Y. Pratiwi, “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kualitas Hidup Lanjut Usia di Pusat Santunan Keluarga (PUSAKA) Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan,” Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015.
- [29] I. Mardiah, “Pengaruh Religiusitas dan Family Support terhadap Happiness pada Lansia di Panti Werdha,” Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011.
- [30] F. Uraningsari and M. A. Djalali, “Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia,” *Pers. J. Psikol. Indones.*, vol. 5, no. 01, 2016, [Online]. Available: <https://core.ac.uk/download/pdf/291850300.pdf>
- [31] U. Khuzaimah, Y. Anggraini, Z. Rusyda Hinduan, H. Agustiani, and A. G. Prathama Siswadi, “Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial di Medan,” *Psikologika J. Pemikir. dan Penelit. Psikol.*, vol. 26, no. 1, pp. 121–142, 2021, doi: 10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7.
- [32] S. Amalia, “Kebahagiaan Personal Dan Dukungan Sosial Pada Lansia: Studi Pada Lansia Di Komunitas Keluarga Dan Panti Jompo,” *J. Ilm. Kesehat. Media Husada*, vol. 3, no. 1, pp. 53–58, 2014, doi: 10.33475/jikmh.v3i1.147.
- [33] R. J. Waldinger, S. Cohen, M. S. Schulz, and J. A. Crowell, “Security of Attachment to Spouses in Late Life: Concurrent and Prospective Links With Cognitive and Emotional Well-Being,” *Clin. Psychol. Sci.*, vol. 3, no. 4, pp. 516–529, Aug. 2014, doi: 10.1177/2167702614541261.
- [34] N. K. Sharma, “Determinants of Psychological Well-being among Retirees,” *Int. Res. J. Soc. Sci.*, vol. 4, no. 3, pp. 19–26, 2015, [Online]. Available: <http://isca.me/IJSS/Archive/v4/i3/4.ISCA-IRJSS-2014->

- 294.pdf
- [35] C.-S. Tan, S.-K. Low, and G. N. Viapude, "Extraversion and happiness: The mediating role of social support and hope," *PsyCh J.*, vol. 7, no. 3, pp. 133–143, Sep. 2018, doi: <https://doi.org/10.1002/pchj.220>.
- [36] X. Zhu, S. E. Woo, C. Porter, and M. Brzezinski, "Pathways to happiness: From personality to social networks and perceived support," *Soc. Networks*, vol. 35, no. 3, pp. 382–393, 2013, doi: 10.1016/j.socnet.2013.04.005.
- [37] R. Lara, M. L. Vázquez, A. Ogallar, and D. Godoy-Izquierdo, "Optimism and social support moderate the indirect relationship between self-efficacy and happiness through mental health in the elderly," *Heal. Psychol. Open*, vol. 7, no. 2, 2020, doi: 10.1177/2055102920947905.
- [38] C. F. Peralta and M. F. Saldanha, "Can dealing with emotional exhaustion lead to enhanced happiness? The roles of planning and social support," *Work Stress*, vol. 31, no. 2, pp. 121–144, 2017, doi: 10.1080/02678373.2017.1308445.
- [39] M. A. Zareipour, Z. Mohammad Rezaei, M. S. Jadgal, S. Khodavandi, M. Tasouji Azari, and F. Haghi, "Happiness and its Relationship with Social Support and Health Promoting Behaviors in Military Elderly," *Iran. J. War Public Heal.*, vol. 13, no. 4, pp. 271–276, 2021, doi: 10.29252/acadpub.ijwph.13.4.271.
- [40] R. Refnandes, A. Y. S. Hamid, and H. Sasmita, "Social and Spiritual Support as Correlated Determinants of Elderly Happiness in Nursing Home," *Elev. Int. J. Nurs. Educ. Pract. Res.*, vol. 1, no. 1, pp. 8–11, 2018, doi: 10.25077/elevate.1.1.8-11.2018.
- [41] M. Seligman, "Beyond Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Sempurna dengan Psikologi Positif," *Bandung: Kaifa*, 2013.
- [42] S. Amalia, "Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan (Happiness) Pada Lansia Di Kota Malang," *Bandung Univ. Padjajaran*, 2012.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.