

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF JAVANESE ELDERLY

### *Abstract*

Various studies in psychological research have shown that culture has a great influence on psychological well-being. This study sees at psychological well-being in accordance with the cultural context of Java through the perspective of indigenous psychology. The purpose of this study is to determine the aspects and dynamics of psychological well-being of Javanese elderly. This research uses grounded theory approach and the data are collected through focus group discussion and in-depth interview. The subjects are eight elderly subjects for data collection through FGD and five elderly subjects for in-depth interviews.

The results of this study show psychological well-being interpreted by Javanese elderly as a condition called *urip ayem tentrem*. This study found some supporting aspects of psychological well-being of Javanese elderly those are self-growth, enjoying life, self-acceptance, interdependence, etiquette, and harmony. The aspect of self-acceptance which is described as a person who *narima ing pandum* is the impact of the importance of maintaining the condition of harmony in social relations, it is in contrast to the self-acceptance of western concepts that emphasize more on self-positive attributes. There are several factors that can affect the psychological well-being of Javanese elderly. These factors are grouped as social factors including family support and social relationships, personal factors including religiosity and cultural factors related to the values of Java society, and the last is the inhibiting and supporting factors of the psychological well-being of elderly that are health and economy.

From this research, it can be concluded that harmonization is an important component in the psychological well-being of Javanese elderly as a way to obtain a peaceful and calm life. Psychological well-being will also be achieved if a Javanese elderly becomes a person who *narima ing pandum* and *ora ngoyo*.

*Keywords: psychological well-being, elderly, Java.*

## KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIA SUKU JAWA

### Abstrak

Berbagai studi dalam penelitian psikologi telah banyak menunjukkan bahwa budaya memiliki pengaruh yang besar terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian ini melihat kesejahteraan psikologis sesuai dengan konteks budaya jawa melalui perspektif psikologi indigenous. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui aspek-aspek serta dinamika kesejahteraan psikologis lansia suku jawa. Penelitian ini menggunakan pendekatan *grounded theory* dengan pengumpulan data melalui *focus group discussion* dan wawancara mendalam. Subjek penelitian berjumlah delapan subjek lansia untuk pengambilan data melalui FGD dan lima subjek lansia untuk wawancara mendalam.

Hasil penelitian ini menunjukkan kesejahteraan psikologis dimaknai oleh lansia suku jawa sebagai keadaan yang disebut "*urip ayem tentrem*". Penelitian ini menemukan beberapa aspek pendukung kesejahteraan psikologis lansia suku jawa yaitu pertumbuhan diri, menikmati kehidupan, penerimaan diri, saling ketergantungan, tata krama, dan kerukunan. Aspek penerimaan diri yang digambarkan sebagai pribadi yang *narima ing pandum* merupakan dampak dari pentingnya menjaga kondisi harmoni dalam hubungan sosial, berbeda dengan penerimaan diri konsep barat yang lebih menekankan pada atribut positif diri. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia suku jawa. Faktor tersebut dikelompokkan sebagai faktor sosial meliputi dukungan keluarga dan hubungan sosial. Kedua adalah faktor personal meliputi religiusitas serta faktor budaya yang berkaitan dengan nilai-nilai masyarakat jawa. Faktor terakhir adalah faktor penghambat dan pendukung kesejahteraan psikologis lansia yaitu kesehatan dan ekonomi.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa harmonisasi merupakan komponen penting dalam kesejahteraan psikologis lansia suku jawa sebagai cara memperoleh kehidupan yang tenang dan damai. Kesejahteraan psikologis juga akan dapat dicapai apabila seorang lansia jawa menjadi pribadi yang *narima ing pandum* dan *ora ngoyo*.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, lansia, jawa.