

PERUBAHAN KEPERIBADIAN PADA MASA USIA LANJUT

Dhian Riskiana Putri

dhianrp@gmail.com

Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

ABSTRAK

Artikel ini bertujuan mengetahui permasalahan lansia dan juga perubahan-perubahan yang terjadi pada masa usia lanjut, khususnya perubahan serta kemunduran atau degenerasi pada kondisi psikis. Pembahasan dalam artikel ini menitikberatkan pada perubahan kepribadian yang dialami oleh lansia. Masa usia lanjut merupakan tahap perkembangan terakhir dalam kehidupan seorang manusia yang ditandai dengan adanya penurunan dan kemunduran atau degeneratif pada kondisi fisik, psikis, maupun sosial. Tugas perkembangan pada masa usia lanjut di antaranya menyesuaikan diri dengan penurunan kesehatan, penurunan kekuatan fisik, masa pensiun, berkurangnya pendapatan, kematian pasangan, membentuk hubungan dengan lansia lain, membentuk pola dalam kehidupan fisik, serta menyesuaikan diri dengan peran sosial sesuai usia. Lansia yang berhasil melaksanakan tugas-tugas perkembangan akan mengalami kebahagiaan dalam masa usia lanjut. Sebaliknya, lansia yang tidak dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dengan baik, akan mengalami gangguan dalam penyesuaian diri serta memiliki konsep diri yang negatif. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (*library research*), yaitu penelitian yang mendapatkan data dari sumber-sumber kepustakaan, seperti buku, koran, dokumen, artikel jurnal, dan media internet. Peneliti mengumpulkan informasi pustaka terkait permasalahan masa usia lanjut dan membuat kesimpulannya.

Kata Kunci: Usia Lanjut, Tugas Perkembangan

ABSTRACT

This article aims to find out the problems of the elderly and also the changes that occur in old age, especially changes and declines or degeneration in psychological conditions. The discussion in this article focuses on personality changes experienced by the elderly. Old age is the last stage of development in the life of a human being which is marked by a decline and decline or degeneration in physical, psychological, and social conditions. Developmental tasks in old age include adjusting to declining health, decreasing physical strength, retirement, reduced income, death of a spouse, forming relationships with other elderly people, forming patterns in physical life, and adjusting to age-appropriate social roles. Elderly who successfully carry out developmental tasks will experience happiness in old age. On the other hand, the elderly who cannot complete developmental tasks well will experience difficulties in adjustment and have a negative self-concept. This study uses a library research method, namely research that obtains data from library sources, such as books, newspapers, documents, journal articles, and internet media. Researchers collect library information related to the problems of old age and make conclusions.

Keywords: Old Age, Developmental Tasks

Pendahuluan

Havighurst (dalam Mönks dkk., 2004) menyatakan bahwa masa usia lanjut sebagai tahap akhir dalam perkembangan hidup manusia memiliki serangkaian tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi untuk bisa mencapai citra diri positif sebagai seorang lanjut usia (lansia) yaitu tercapainya *successful aging*. Menurut Erickson (dalam Hall dan Lindzey, 1995) menjelaskan mengenai Teori Erickson yang disebut dengan *Erikson's Stage of Ego Integrity*, yaitu teori tentang perkembangan manusia disertai dengan identifikasi tugas perkembangan yang harus dicapai pada setiap tahap perkembangan. Tugas perkembangan terakhir berhubungan dengan refleksi tentang kehidupan dan pencapaian seorang individu yang diidentifikasi sebagai integritas ego. Apabila hal ini tidak tercapai, maka akan mengakibatkan terjadinya gangguan.

Havighurst (dalam Mönks dkk., 2004) menyatakan bahwa perjalanan kehidupan manusia mengalami suatu tahap perkembangan dimulai sejak masa bayi, anak-anak, remaja, dewasa, sampai dengan usia lanjut. Setiap peristiwa yang terjadi di dalam tahap-tahap perkembangan tersebut merupakan bagian yang penting dalam kehidupan manusia. Perjalanan hidup seseorang dapat ditandai karena adanya tugas-tugas yang harus dipenuhi, dalam batas tertentu tugas ini bersifat khas untuk setiap tahap perkembangan. Mönks dkk.

(2004) menyebutkan bahwa seseorang yang tidak berhasil dalam menyelesaikan tugas perkembangan pada suatu tahap perkembangan tertentu akan mengalami hambatan dan ketidakbahagiaan pada tahap perkembangan selanjutnya.

Hurlock (2004) berpendapat bahwa lansia diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan penurunan-penurunan yang terjadi secara bertahap. Tugas perkembangan yang paling sulit pada masa usia lanjut adalah masalah penyesuaian diri terhadap pekerjaan dan kehidupan keluarga. Tugas perkembangan lansia sebagian besar lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi individu bersangkutan dibandingkan dengan kehidupan orang lain di luar diri individu tersebut. Lansia yang tidak mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan peran emosi dan sosial, akan mengalami gangguan kepribadian yaitu dapat mengembangkan konsep diri negatif, merasa diri tidak berguna, dan tidak bernilai. Sebaliknya apabila proses penyesuaian diri relatif bagus, maka individu tersebut akan memiliki konsep diri positif, merasa bahwa dirinya masih berguna, serta masih dapat memberikan sumbangan bermanfaat bagi lingkungan sekitar, seperti: keluarga, teman, masyarakat, serta sosial.

Smith dan Freund (2002) melakukan penelitian tentang dinamika perubahan kepribadian pada masa usia lanjut. Kemungkinan diri merupakan

bagian dari konsep diri yang terjadi pada masa usia lanjut, diklasifikasikan ke dalam dua kelompok yaitu diri yang penuh harapan dan diri yang penuh ketakutan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak lansia yang merasa takut dalam menjalani kehidupan di masa tuanya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ammerlahn dkk. (2008) menyatakan bahwa perubahan kepribadian pada lansia berdampak pada pencapaian kebahagiaan di masa usia lanjut. Lansia yang mampu menerima perubahan cenderung dapat mencapai *successful aging*.

Perkembangan Masa Usia Lanjut

Hurlock (2004) menyatakan bahwa masa usia lanjut merupakan tahap perkembangan terakhir dalam kehidupan seorang manusia. Masa usia lanjut sering mendapatkan pandangan negatif dari masyarakat sebagai seseorang yang renta, sakit-sakitan, dan tergantung kepada orang-orang disekitarnya. Ketergantungan lansia karena mengalami berbagai kemunduran fisik, psikis, maupun sosial. Hal ini berarti bahwa lansia mengalami perkembangan dalam bentuk perubahan-perubahan yang mengarah pada perubahan negatif. Papalia dkk. (2004) mengklasifikasikan masa usia lanjut menjadi tiga tahap, yaitu: a. *Young Old*, usia 65-74 tahun; b. *Old Old*, usia 75-84 tahun; dan c. *Oldest Old*, usia 85 tahun ke atas yaitu seorang lansia yang sudah

membutuhkan bantuan orang lain dalam setiap aktivitas kesehariannya.

Klasifikasi usia lanjut juga diberikan oleh Dinas Sosial Indonesia yaitu: a. *Young Old*, usia 60-69 tahun; b. *Middle Old*, usia 70-79 tahun; c. *Old Old*, usia 80-89 tahun, dan d. *Very Old*, usia lebih dari 90 tahun. Menurut Hurlock (2004), tahap terakhir dalam perkembangan ini dibagi menjadi usia lanjut dini yang berkisar antara usia 60-70 tahun dan usia lanjut yang dimulai pada usia 70 tahun hingga akhir kehidupan seseorang. Badan kesehatan dunia atau WHO (dalam Supratiknya, 2010) menggolongkan lanjut usia menjadi empat yaitu: usia pertengahan (*middle age*) 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) diatas 90 tahun. Berdasar pada penjelasan tersebut, masa usia lanjut adalah tahap perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia yang dimulai ketika seseorang memasuki usia 60 tahun sampai dengan meninggal dunia dengan segala perubahan fisik, psikis, dan sosial yang menyertainya serta kebutuhan-kebutuhan lainnya yang juga turut berubah.

Havighurst (dalam Monks dkk., 2004) menyebutkan bahwa setiap tahap perkembangan mempunyai tugas perkembangan tersendiri yang khas yang membedakan dengan tahap perkembangan lainnya. Tugas perkembangan pada masa usia lanjut adalah penyesuaian diri dengan

kondisi fisik yang mulai menurun, penyesuaian diri dengan kematian pasangan hidup (suami/istri) dan teman sebaya, menemukan hubungan dengan sesama lansia, pemenuhan terhadap hak dan kewajiban terhadap negara, penyesuaian dengan masa pensiun bagi yang bekerja dan mulai menurunnya pendapatan, serta mulai melakukan aktivitas-aktivitas yang disesuaikan dengan kondisi fisik yang mulai menurun.

Perubahan-Perubahan pada Masa Usia Lanjut

Papalia dkk. (2007) menyebutkan bahwa pada masa usia lanjut selain mengalami perubahan tugas perkembangan, juga mengalami perubahan pada kondisi fisik, psikis, dan sosial. Kemunduran fisik seperti berkurangnya fungsi pendengaran, penglihatan, serta penyakit-penyakit mulai datang karena organ tubuh sudah tidak bisa bekerja secara maksimal dan mulai mengalami degenerasi.

Papalia dkk. (2007) mengemukakan bahwa perubahan psikis dan sosial juga terjadi dalam kehidupan seseorang ketika memasuki masa usia lanjut. Lansia mulai mengalami kesepian karena ditinggalkan oleh anak-anak yang selama ini hidup bersama. Lansia mulai melepaskan jabatan-jabatan dan peran-peran sosial serta mulai memasuki masa pensiun. Perubahan psikis yang dialami oleh lansia sejalan dengan terjadinya

perubahan pada kondisi fisik. Masalah psikis tersebut salah satunya adalah mengenai sikap lansia dalam menghadapi kemunduran pada kondisi fisik. Biasanya lansia akan melakukan penarikan diri dari masyarakat dan dari diri pribadinya. Hurlock (2004) menjelaskan bahwa secara umum lansia akan dapat meniti kehidupan di masa usia lanjut dalam dua macam sikap. Pertama, usia lanjut akan diterima dengan wajar melalui kesadaran yang mendalam, sedangkan yang kedua yaitu lansia cenderung menyikapi masa usia lanjut dengan sikap penolakan, tidak mau menerima realitas yang ada.

Hall dan Lindzey (1995) menjelaskan bahwa kepribadian adalah semua corak kebiasaan manusia yang terkumpul dalam diri seorang individu untuk bereaksi dan menyesuaikan diri terhadap rangsangan atau stimulus yang diterima. Perkembangan kepribadian bersifat dinamis artinya bahwa selama individu masih tetap melakukan proses belajar, meningkatkan pengetahuan dan pengalaman serta keterampilan yang dimiliki, maka kepribadian individu tersebut akan semakin matang dan mantap.

Erickson (dalam Hall dan Lindzey, 1995) menyebutkan bahwa individu yang berada pada masa usia lanjut yaitu berusia sekitar 60 tahun atau 65 tahun ke atas, maka kepribadian individu tersebut memasuki tahapan Integritas versus Keputusaasaan. Tahapan Integritas versus Keputusaasaan ini ditandai dengan adanya

kecenderungan *ego integrity – despair*. Individu yang berada pada usia lanjut telah memiliki kesatuan atau integritas pribadi, namun di satu pihak digoyahkan oleh usia yang mendekati akhir kehidupan. Lansia mungkin masih memiliki beberapa harapan dan tujuan yang ingin dicapai tetapi terhalang oleh keterbatasan kemampuan karena faktor usia, sehingga menimbulkan perasaan putus asa.

Erickson (dalam Hall dan Lindzey, 1995) juga memberikan penjelasan bahwa apabila kepribadian pada tahap perkembangan sebelumnya berkembang dengan baik, maka kepribadian lansia akan terintegrasi pada tahap perkembangan usia lanjut. Lansia dengan kepribadian terintegrasi biasanya akan menikmati masa tua dengan penuh ketenangan, kebahagiaan, kesenangan, mampu menunjukkan kepribadian yang lebih positif, sehat, dan bijaksana. Sebaliknya, apabila pada tahap perkembangan usia lanjut ini kepribadian lansia belum bisa terintegrasi, maka hasilnya adalah keputusasaan, rasa tidak berguna, depresi yang diperparah dengan kondisi fisik yang terus menurun. Hal ini dapat menyebabkan seorang lansia mengalami depresi berat bahkan dapat memunculkan keinginan untuk bunuh diri, bersikap agresif, dan lain sebagainya.

Hurlock (2004) mengungkapkan bahwa lansia biasanya memiliki konsep diri yang negatif. Sikap yang tidak menyenangkan terhadap lansia disertai

dengan penerimaan sosial yang buruk, akan menghasilkan konsep diri yang negatif pada lansia. Pendapat klise yang telah dikenal oleh masyarakat luas tentang lansia yaitu bahwa lansia merupakan individu dengan kondisi fisik yang lemah, loyo, sering pikun, jalan membungkuk, sudah tidak berguna lagi, serta sangat tergantung kepada orang lain, sehingga lansia akan cenderung memiliki konsep diri negatif. Wilson dkk. (2004) menyebutkan bahwa kepribadian pada lansia sangat berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan juga mental.

Tipe-Tipe Kepribadian pada Lansia

Sutarto dan Ismulcokro (2008) mengungkapkan bahwa pada umumnya seseorang yang memasuki masa usia lanjut, akan mengalami penurunan fungsi kognitif dan psikomotor. Fungsi kognitif terdiri dari proses belajar, pemahaman, pengertian, persepsi, perhatian, dan lain sebagainya mengalami penurunan pada masa usia lanjut sehingga menyebabkan reaksi dan perilaku lansia menjadi semakin lambat. Sementara fungsi psikomotorik (konatif) meliputi hal-hal yang berhubungan dengan dorongan kehendak, seperti tindakan, koordinasi, dan gerakan juga mengalami penurunan, sehingga lansia menjadi kurang cekatan. Adanya penurunan kedua fungsi tersebut juga menyebabkan lansia mengalami perubahan pada aspek psikososial yang berkaitan dengan kondisi kepribadian lansia.

Beberapa perubahan tersebut dapat dibedakan berdasarkan lima tipe kepribadian lansia, yaitu sebagai berikut: (1) Tipe Kepribadian Konstruktif (*Construction Personality*), kepribadian ini tidak mengalami banyak gejala, tenang, dan mantap dalam menjalani kehidupan sampai usia sangat tua. (2) Tipe Kepribadian Mandiri (*Independent Personality*), kepribadian ini memiliki kecenderungan mengalami *post power syndrome*, apalagi pada saat masa usia lanjut tidak diisi dengan kegiatan yang dapat memberikan otonomi pada diri lansia. (3) Tipe Kepribadian Tergantung (*Dependent Personality*), kepribadian ini sangat dipengaruhi oleh kehidupan keluarga. Apabila kehidupan keluarga selalu harmonis, maka kehidupan pada masa usia lanjut tidak akan mengalami gejala. Masalah akan muncul apabila pasangan hidupnya meninggal dunia terlebih dahulu. Kejadian tersebut seringkali mengakibatkan lansia menjadi merana karena merasa sangat kehilangan pasangan, serta menganggap bahwa hal tersebut merupakan beban yang amat berat sehingga lansia merasa sangat menderita. (4) Tipe Kepribadian Bermusuhan (*Hostility Personality*), kepribadian ini setelah memasuki masa usia lanjut tetap merasa tidak puas dengan kehidupan. Biasanya banyak memiliki keinginan yang tidak diperhitungkan secara cermat, sehingga menyebabkan kondisi ekonomi menjadi berantakan. (5) Tipe Kepribadian

Kritik Diri (*Self Hate Personality*), kepribadian ini pada umumnya terlihat sedih, murung, dan sengsara yang disebabkan oleh perilaku lansia itu sendiri. Misalnya, lansia yang sulit menerima bantuan dari orang lain sehingga cenderung menyusahkan diri sendiri.

Adapun beberapa tipe kepribadian lansia menurut Nugroho (dalam Suparyanto, 2010) adalah sebagai berikut: (1) Tipe Arif Bijaksana, merupakan kepribadian yang kaya akan pengalaman, mampu menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, bersikap ramah, rendah hati, serta menjadi panutan bagi keluarga dan masyarakat sekitar. (2) Tipe Mandiri, merupakan kepribadian yang bersifat selektif terhadap pekerjaan dan berorientasi pada kegiatan. (3) Tipe Tidak Puas, kepribadian ini cenderung memiliki konflik lahir dan batin serta menentang proses penuaan yang terjadi. (4) Tipe Pasrah, kepribadian ini hanya bersikap menerima dan menunggu datangnya nasib baik. (5) Tipe Bingung, merupakan lansia yang kehilangan kepribadian, cenderung memilih untuk mengasingkan diri, minder, pasif, serta merasa kaget terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya.

Smith dan Freund (2002) mengklasifikasikan kemungkinan diri yang ada pada lansia, yaitu: (1) Kemungkinan diri (citra diri) penuh harapan, yakni memiliki harapan dan keinginan positif tentang minat, kesehatan, hubungan sosial,

dan aktivitas kehidupan yang lain. (2) Kemungkinan diri (citra diri) penuh ketakutan, sudah tidak memiliki harapan positif dan hanya mengalami kecemasan serta ketakutan ketika menjalani masa usia lanjut.

Syahrudin (2012) menjelaskan tipe-tipe kepribadian lansia terdiri dari kepribadian *integrated*, kepribadian *armored* atau *defended*, kepribadian *pasive-dependent*, dan kepribadian *unintegrated*. Kepribadian *Integrated* adalah kepribadian lansia dengan kemampuan kognitif yang baik, memiliki kehidupan batin yang kaya dan kondisi ego yang kompeten, Lansia dengan tipe kepribadian ini biasanya memiliki kepuasan hidup yang tinggi (*optimal aging*). Kepribadian *integrated* dapat diklasifikasikan ke dalam tiga kelompok berdasarkan pada tingkat aktivitas, yaitu: (a) Pola *Reorganizer* (Tipe A). Lansia *integrated* yang memiliki aktivitas tinggi, apabila sudah tidak terikat dengan aktivitas lama, maka akan dengan mudah menemukan aktivitas baru. Hal ini menyebabkan lansia merasa masih berarti dan berguna bagi lingkungan sekitar. (b) Pola *Focused* (Tipe B). Lansia *integrated* yang memiliki kepuasan hidup tinggi, tetapi hanya berfokus pada beberapa kegiatan saja. (c) Pola *Disengaged* (Tipe C). Lansia *integrated* yang memiliki kepuasan hidup tinggi dengan aktivitas yang rendah, secara suka rela melepaskan diri dari tanggung jawab pekerjaan,

memiliki perhatian yang luas, terbuka terhadap ide-ide baru, namun memilih sikap hidup santai dalam menjalani masa usia lanjut.

Kepribadian *Armored* atau *Defended* adalah kepribadian dengan ambisi tinggi, masih menginginkan peran dan posisi dalam masyarakat, tetapi tidak diimbangi dengan kemampuan yang memadai. Hal ini menimbulkan *defens* terhadap kecemasan dan mempengaruhi kehidupan emosional pada lansia. Kepribadian *Armored* dibedakan menjadi 2 tipe, yaitu: (a) Pola *Holding On* (Tipe D). Tipe kepribadian ini beranggapan bahwa menjadi tua merupakan ancaman dan berkeyakinan bahwa tetap melakukan aktivitas adalah salah satu cara untuk melawan proses menjadi tua. (b) Pola *Constricted* (Tipe E). Lansia dengan tipe kepribadian ini sangat sibuk mempertahankan diri dari proses penuaan. Salah satunya dengan cara menghemat energi dan membatasi hubungan sosial. Tipe kepribadian ini memiliki aktivitas rendah dengan kepuasan sedang.

Kepribadian *Pasive-Dependent* adalah kepribadian yang cenderung menunjukkan sikap pasif dan sangat tergantung kepada orang lain, dibedakan menjadi dua kelompok yaitu: (a) Pola *Succorance-Seeking* (Tipe F). Memiliki ketergantungan yang tinggi (*High Dependancy Needs*), mengalihkan tanggung jawab kepada orang lain, merasa senang selama dan kepuasan hidup sedang.

(b) Pola *Apathetic* (Tipe G). Lansia dengan kepribadian ini memiliki sikap pasif, apatis, aktivitas dan kepuasan hidup rendah sehingga sering disebut sebagai lansia *Rocking Chair*.

Kepribadian *Unintegrated*. adalah lansia dengan kepribadian ini biasanya memiliki banyak kemunduran ataupun gangguan pada fungsi psikis dan kognitif, kontrol emosi lemah, serta menunjukkan pola *Disorganized* (Tipe H) dalam proses menjadi tua. Mampu mempertahankan hidup di masyarakat aktifitas dan kepuasan hidup yang rendah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Masa usia lanjut dikenal sebagai suatu masa ketika seseorang mengalami kemunduran atau degeneratif secara fisik, psikis, dan sosial. Masa usia lanjut adalah tahap terakhir dalam perkembangan hidup manusia. Salah satu tugas perkembangan pada masa usia lanjut adalah untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan yang dialami. Hal ini akan mempengaruhi citra diri lansia yang terbentuk berdasarkan pengalaman, keadaan sosial ekonomi, tahapan perkembangan sebelumnya, serta kepribadian individu lansia. Lansia yang berhasil melaksanakan tugas-tugas perkembangan akan mengalami kebahagiaan dalam masa usia lanjut. Sebaliknya, lansia yang tidak dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dengan baik, akan mengalami gangguan

dalam penyesuaian diri serta memiliki konsep diri yang negatif. Adanya pemahaman tentang kepribadian lansia akan lebih memudahkan masyarakat dan anggota keluarga dalam memperlakukan lansia secara positif sesuai dengan kebutuhan lansia. Selain itu, dengan memahami kepribadian lansia akan sangat berguna bagi setiap individu sehingga dapat mempersiapkan diri jika suatu hari nanti memasuki masa usia lanjut.

Saran

Peran dan dukungan lingkungan sekitar sangat penting dalam membantu lansia untuk dapat menerima dan menyesuaikan diri dengan segala perubahan yang terjadi pada masa usia lanjut. Bentuk dukungan sosial yang dapat diberikan kepada lansia antara lain dengan menerima keadaan lansia sebagai seseorang yang telah mengalami penurunan secara fisik, psikis, dan sosial, berusaha untuk selalu menghormati dan menghargai lansia, serta menjalin komunikasi yang tepat dan efektif kepada lansia. Komunikasi yang efektif memungkinkan orang-orang yang berada di sekitar lansia dapat menyampaikan maksud secara tepat kepada lansia dengan cara-cara yang dapat diterima oleh lansia. Selain itu, melalui komunikasi lansia juga dapat menyampaikan perasaan, maksud, dan tujuannya, sehingga orang-orang di sekitar lansia dapat mengerti dan memahami kebutuhan lansia. Komunikasi

efektif yang diberikan oleh lingkungan dan orang-orang di sekitar lansia akan mampu memberikan kebahagiaan tersendiri bagi lansia, karena lansia merasa masih dihargai serta masih berguna bagi lingkungan sekitar. Hal ini tentunya akan dapat meningkatkan kualitas hidup serta diharapkan mampu memunculkan konsep diri yang positif pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Anmerlahn, A.K., Gruhn D.K., & Smith, J. 2008. Self Perception of Aging: Do Subjective Age and Satisfaction With Aging Change During Old Age. *The Journals of Gerontology*, 53 B, 6, 377.
- Hall, C.S., and Lindzey 1995. *Psikologi Kepribadian 1: Teori-Teori Psikodiantik (Klinis)*. (Terjemahan: Supratiknya, A.) Yogyakarta: Kanisius.
- Hurlock, E. B. 2004. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Terjemahan: Instiwiidayanti dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- Mönks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. 2004. *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Papalia, D.E., Sterns, H.L., Feldman, R.D., & Camp, C.J. 2007. *Adult Development and Aging Third Edition*. New York: McGrawHill.
- Smith, J., & Freund, A.M. 2002. The Dynamics of Possible Selves in Old Age. *The Journals of Gerontology*, 57 B, 6, 492.
- Suparyanto. 2010. *Konsep Lanjut Usia*. <http://dr.suparyanto.blogspot.com/2010/07/konsep-lanjut-usia-lansia.html>. Diakses pada tanggal 27 September 2012.
- Sutarto, J.T., & Ismulcokro, C. 2008. *Pensiun Bukan Akhir Segalanya: Cara Cerdas Menghadapi Masa Pensiun*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Syahrudin, H. 2012. *Tipe-Tipe Kepribadian Lansia*. <http://humamsyahrudin.blogspot.com/2012/03/tipe-tipe-kepribadian-lansia.html>. Diakses pada tanggal 3 Oktober 2012.
- Wilson, R.S., Leon, C.F.M., Bonias, J. L., Evans, N.A., & Benneth, D.A. 2004. Personality and Mortality in Old Age. *The Journals of Gerontology*, 59 B, 3, 110.