

**RASA KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI JATI ADULAM MINISTRY****Fitria Ika Nurhasanah¹⁾, Anniez Rachmawati Musslifah²⁾, Faqih Purnomosidi³⁾**

Universitas Sahid Surakarta

Email: fika0930@gmail.com¹⁾, anniez@usahidsolo.ac.id²⁾, faqih@usahidsolo.ac.id³⁾**Abstract**

Humans are the most perfect creatures created by God because they are equipped with reason and thought in acting and every human being experiences development in his life from infancy to old age and every development is certain that someone will grow old. Loneliness is a sad condition that is the result of a lack of satisfying relationships. This study aims to determine the description of loneliness in the elderly at Jati Adulam Ministry. In this study, the method used was descriptive qualitative method. The subjects in this study consisted of 6 elderly people whose status was entrusted by their families and 2 employees who worked at Jati Adulam Ministry. This research data collection collected data by interview / interview and observaion methods in order to obtain information about "lonelinees in the elderly at Jati Adulam Ministry". Elderly people feel lonely when living in an instituion because they miss their family. The results showed that the loneliness of the elderly at Jati Adulam Ministry can be identified from the way they are lonely. In terms of loneliness, the elderly are said to be not good because of the lack of attention from families who never visit and ask how the elderly are living in Jati Adulam ministry homes.

Abstrak

Manusia merupakan makhluk yang paling sempurna ciptaan Tuhan karena dibekali akal dan fikiran dalam bertindak dan tiap manusia mengalami perkembangan dalam hidupnya mlai dari masa bayi sampai masa lanjut usia dan setiap perkembangan pasti seseorang akan menjadi tua. Kesepian adalah kondisi menyedihkan yang merupakan akibat dari kurangnya hubungan yang memuaskan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran rasa kesepian padaa lansia di panti Jati Adulam Ministry. Pada penelitian ini, metode yang digunakan ialah metode deskriptif kualitatif. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 6 lansia yang berstatus dititipkan keluarga dan 2 karyawan yang bekerja di panti Jati Adulam Ministry. Pengumpulan data penelitian ini mengumpulkan data dengan metode interview/wawancara dan observasi guna untuk mendapat informasi tentang "rasa kesepian pada lansia di panti Jati Adulam Ministry". Lansia merasa kesepian saat tinggal dipanti dikarenakan rindu dengan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa kesepian lansia di panti Jati Adulam bisa diidentifikasi dari cara mereka kesepian. Dalam hal kesepian, pada lansia dikatakan kurang baik karena kurangnya perhatian dari keluarga yang tidak pernah menjenguk dan menanyakan kabar kepada lansia yang tinggal di panti Jati Adulam Minstry.

Article History

Submitted: 15 Juli 2024

Accepted: 21 Juli 2024

Published: 22 Juli 2024

Key Words

loneliness, elderly

Sejarah Artikel

Submitted: 15 Juli 2024

Accepted: 21 Juli 2024

Published: 22 Juli 2024

Kata Kunci

kesepian, lansia.

I. PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk yang paling sempurna ciptaan Tuhan karena dibekali akal dan pikiran dalam bertindak, dan setiap manusia mengalami perkembangan dalam hidupnya, mulai dari masa bayi sampai masa lanjut usia dan setiap perkembangan pasti seseorang akan menjadi tua.

Pada proses lanjut usia terjadi penuaan dan penurunan, jika penurunan sudah jelas terlihat pada usia paruh baya. Penuaan yang dialami oleh lansia seperti tubuh, jaringan sel yang telah mengalami penurunan fungsional. Pada manusia, penuaan dihubungkan dengan perubahan penuaan pada kulit, tulang, jantung, peredaran darah, paru-paru, syaraf, dan jaringan



tubuh lainnya. Akibat dari penurunan tersebut maka tubuh lansia sering terserang penyakit (Rosita, 2018).

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock 1980). Biasanya manusia yang telah sampai di masa tua secara umum disebut lansia.

Menurut WHO, kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5.300.000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia 24.000.000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia mencapai 28.800.000 (11,34%) dari total populasi. Populasi lansia di banyak negara terus meningkat seiring dengan peningkatan harapan hidup dan perubahan demografi. Konteks tersebut, perhatian terhadap kesejahteraan dan kualitas hidup lansia menjadi semakin penting. Salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia adalah rasa kesepian.

Proses menua tetap menimbulkan permasalahan baik secara fisik, psikologis maupun sosial ekonomi. Masalah kesepian pada lansia di Indonesia merupakan masalah psikososial terbesar kedua setelah lupa (Darmojo, 2004). Banyak lansia yang mengalami kesepian disebabkan karena perasaan kehilangan dan kurangnya dukungan sosial. Akibat dari perasaan kesepian ini lansia akan merasa terasing (terisolasi), tersisihkan, tepencil dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain (Aristawati, 2015).

Rasa kesepian adalah pengalaman emosional yang timbul ketika seseorang merasa terisolasi atau tidak memiliki hubungan sosial yang memadai, lansia cenderung memiliki resiko yang lebih tinggi untuk merasakan kesepian karena berbagai faktor, seperti kehilangan pasangan hidup, penurunan mobilitas, ketidakberdayaan, perasaan yang tidak berguna kurang percaya diri, ketergantungan, dan kurangnya interaksi sosial yang memadai (Santrock, 2003). Dari konteks ini, penting untuk memahami rasa kesepian yang dialami lansia yang tinggal di Panti Jati Adulam karena untuk lebih memperhatikan para lansia yang memiliki rasa kesepian.

Kehilangan pasangan menjadi faktor utama dalam mengabadikan perasaan kesepian diantara lansia, lansia sering kehilangan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan sehingga interaksi sosial menurun dan kurang berhubungan sosial dengan orang lain. Hal ini disebabkan karena lansia menarik diri akibat penurunan derajat kesehatan dan kemampuan fisiknya. Lansia yang kurang melakukan interaksi sosial dan kurang mendapatkan dukungan dari keluarga akan merasa kesepian karena tidak memiliki lawan interaksi untuk berbagi masalah (Dykstra, 2009). Meskipun telah banyak penelitian yang sudah dilakukan tentang kesejahteraan lansia, penelitian yang akan memfokuskan pada rasa kesepian pada lansia yang berada di panti Jati Adulam Ministry, yang berada di Sukoharjo, Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis rasa kesepian yang dialami lansia di panti Jati Adulam di Sukoharjo. Faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi rasa kesepian, seperti tingkat dukungan sosial, kualitas interaksi sosial, aktivitas sosial, dan faktor internal seperti kesehatan mental, juga akan di pertimbangkan.

Wawancara awal yang dilakukan pada hari Sabtu tanggal 25 November tahun 2023 dengan salah satu lansia yang tinggal di panti Jati Adulam Ministry yang berumur 60 tahun dan sudah berada di panti selama 2 tahun, lansia tersebut masih memiliki keluarga, karena terhalang ekonomi lansia lalu dititipkan ke panti, lansia juga masih mampu merawat dirinya secara mandiri, memiliki hubungan sosial yang baik seperti mambatu temannya yang sudah tidak bisa berjalan dan melakukan apapun, membantu pegawai panti dalam menjaga dan merawat lingkungan panti, dan melakukan kegiatan individunya seperti mencuci pakaian dan merawat



diri sendiri, meskipun begitu lansia terkadang masih merasakan kesepian lantaran keluarga yang tidak pernah menjenguk dan menanyakan kabar.

II. TINJAUAN PUSTAKA

1. Kesepian

a. Pengertian Kesepian

Peplau dan Perlman Endang & Nailul (2010) mendefinisikan kesepian sebagai akibat dari kekurangmampuan individu mengadakan hubungan sosial, merupakan pengalaman yang subjektif, tidak menyenangkan dan tertekan.

Kesepian merupakan suatu perasaan sepi, sunyi, lenggang, tidak ramai, hidup dalam keterasingan karena kehilangan (Irawan, Prasetya, 2004). Menurut Suardiman (2016) kesepian adalah perasaan terasing, tersisihkan, terpecil dari orang lain. Kesepian berkaitan dengan usia stereotip yang populer menggambarkan usia tua sebagai masa kesepian yang terbesar (Parlee Sears, dkk 1985)

Menurut Ide (2010) kesepian dirumuskan sebagai tanpa teman, terpecil, dan sedih karena sendiri. Orang yang kesepian mengharapkan kontak sosial dan ditemani orang lain, tapi tampak tak bisa menemukan apa atau siapa yang mereka perlukan atau cari. Kesepian adalah kondisi menyedihkan yang merupakan akibat dari kurangnya hubungan yang memuaskan Fry & Debats (2012).

Kesepian adalah dengan merasa terasing dari sebuah kelompok, tidak dicintai oleh sekeliling, tidak mampu untuk berbagi kekhawatiran pribadi, berbeda dan terpisah dari mereka yang ada sekitar anda (David G. Myers, 2012).

Brehm dan Kasin (2002) menambahkan pengertian kesepian tidak sama dengan isolasi fisik melainkan merupakan perasaan “kurang” terhadap relasi sosial kesepian terjadi dalam diri seseorang sehingga tidak dideteksi hanya dengan melihat orang tersebut. Biasanya orang kesepian ketika berada seorang diri ketika bersama orang lain.

Berdasarkan uraian diatas, kesepian adalah perasaan terasing, tersisihkan, terpecil dan kurangnya perhatian dari orang lain. kesepian yang dialami lanjut usia berkurangnya peran sosial, baik dengan anggota keluarga maupun masyarakat.

b. Aspek-Aspek Kebersyukuran

Aspek-aspek kesepian menjadi tiga menurut Peplau & Perlman (Rosita, 2018):

1. Aspek *Need For Intimacy*, perasaan kesepian muncul ketika tidak terpenuhinya kebutuhan pada diri seseorang untuk merasakan dalam hubungan dengan orang lain.
2. Aspek *Cognitive Process*, aspek proses kognitif ini menitikberatkan bahwa kesepian merupakan hasil dari persepsi dan evaluasi individu terhadap hubungan sosial yang dianggap tidak memuaskan.
3. Aspek *Social Reinforcement*, aspek penguatan sosial ini menitikberatkan bahwa hubungan sosial yang memuaskan dapat dianggap sebagai suatu bentuk *Reinforcement*, dan tidak adanya *reinforcement* ini dapat menimbulkan perasaan kesepian.

c. Faktor Kesepian

Terdapat 2 faktor kesepian menurut Peplau & Perlman (Rosita,2018), diantaranya adalah sebagai berikut:



- 1) Faktor Pemicu, adanya perubahan dalam hubungan sosial seseorang yang sebenarnya sehingga hubungan sosial yang dijalankan seseorang itu jauh dari apa yang diharapkan.
 1. Berakhirnya suatu hubungan dekat seperti kematian, pencarian, putus cinta, serta perpisahan fisik yang membawa pada kesepian.
 2. Faktor kualitas dari hubungan sosial yang rendah. Perubahan keinginan atau kebutuhan sosial juga dapat menyebabkan kesepian.
 3. Lingkungan kehidupan berubah dalam kapasitas seseorang atau keinginan dalam hubungan sosial.
- 2) Faktor yang mendahului, faktor yang mendahului adalah faktor kepribadian dan situasional, dimana karakteristik kepribadian berperan dalam perkembangannya perasaan kesepian.
 1. Harga diri (*Self-esteem*), yaitu sikap individu terhadap dirinya sendiri. Bila seseorang selalu merasakan kesepian maka ia akan bersikap sebagai orang yang kesepian.
 2. Kecemasan sosial, seseorang yang merasa kesepian mengalami kesulitan bersosialisasi dan menggambarkan dirinya sebagai orang yang memiliki masalah perilaku, seperti merasa terabaikan dan kurang mampu membuka diri pada orang lain.

III. METODE PENELITIAN

a. Metode Penelitian

Pada penelitian ini, metode yang digunakan ialah metode deskriptif kualitatif. Pengamatan pribadi pada obyek studi yang sesuai dengan lingkup penelitian dan teori menjadi pendukung penelitian sesuai lingkup pembahasan.

b. Informan Penelitian

Informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 6 lansia di Panti Jati Adulam Ministry dengan ciri-ciri:

1. Usia 60 tahun keatas
2. Lansia yang sudah berada di panti selama 1 atau 2 tahun.
3. Lansia yang dapat diajak komunikasi dengan baik.

Informan pendukung ditambahkan sebagai tambahan informasi dan validitas informan utama, informan dalam penelitian ini berjumlah 2 informan dengan kualifikasi:

1. Sudah bekerja selama 1 atau 2 tahun.
2. Dapat diajak komunikasi dengan baik.

c. Pengumpulan Data

Penelitian ini dalam mengumpulkan data dengan metode interview / wawancara dan observasi guna untuk meendapat informasi tentang “Rasa Kesepian Pada Lansia Di Panti Jati Adulam Ministry”.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesepian yang dialami oleh individu yaitu tidak terpenuhinya tujuan hidup yang berkaitan dengan tugas perkembangan yang harus mereka lalui (Hurlock, 1998).

Lansia yang kurang melakukan interaksi sosial dan kurang mendapat dukungan dari keluarga akan merasa kesepian karena tidak memiliki lawan interaksi untuk berbagi masalah (Dykstra, 2009).



Lansia panti Jati Adulam Ministry yang masih memiliki keluarga akan tetapi keluarga memiliki krisis ekonomi sehingga lansia tersebut dititipkan dipanti. Meskipun lansia masih mampu merawat dirinya secara mandiri dan memiliki hubungan sosial yang baik seperti membantu temannya yang sudah tidak bisa berjalan dan melakukan apapun, membantu pegawai panti dalam menjaga dan merawat lingkungan panti. Lansia juga menyibukan diri dengan kegiatan merawat diri dan aktivitas individu seperti mencuci pakaian, makan, mandi dan merawat diri sendiri. Meskipun begitu lansia masih merasakan kesepian lantaran keluarga yang tidak pernah menjenguk dan menanyakan kabar.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa wawancara dengan narasumber, maka dapat disimpulkan bahwa lansia yang tinggal di Panti Jati Adulam Ministry memiliki rasa kesepian yang cukup baik, terlihat dari lansia yang sudah menerima dirinya berada di panti, namun masih ada rasa kesepian yang terkadang muncul dikarenakan rindu oleh keluarga.

Saran penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi penelitian berikutnya dengan pengembangan yang berbeda.

2. Bagi Penulis.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk memperkaya wawasan dan pengalaman peneliti pada bidang yang diambil dengan konsentrasi penulis dalam melakukan penelitian.

3. Bagi Masyarakat.

Hasil penelitian ini untuk menambah wawasan masyarakat terkait dengan kesepian lansia yang tinggal di panti.

4. Bagi Panti

Menempatkan mahasiswa magang psikologi guna untuk membantu psikologis lansia dan memberikan kegiatan supaya lansia tidak merasa bosan.

VI. DAFTAR PUSTAKA

- Aristiawati, Mustatiroh, Siska Yuhanasari. Permasalahan kasta di Bali Dalam Novel Tarian Bumi Karya Oka Rusmin dalam <http://muselsaudin.blogspot.co.id/2013/07/v-behaviorurldefaultvml.html> diunduh tanggal 12 Oktober 2015 pukul 20.00.
- Brehm, S. S., Kassir, S. M., & Fein, S. (2002). *Social psychology* (4thed.). Boston: Houghton Mifflin.
- Darmojo, M. 2004. *Buku ajar geriatri (ilmu kesehatan usia lanjut)*. Jakarta: FKUI.
- Dykstra, P. A. (2009). Older adult loneliness: Myths and realities. *European Journal of Ageing*, 6(2), 91–100.
- Endang & Nailul. 2010. Penyesuaian Sosial Dan Tingkat Kesepian Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi UNDIP. Proposal Penelitian Mandiri. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Fry, P. S., & Debats, D.L. 2012. Self-Efficacy Beliefs As predictors of Loneliness and Psychological Distress in Older Adults. *International Journal of Aging and Human Development*, 55(3), 233-269.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Gramedia.
- Ide, P. 2010. Whole Brain Training for social intelligent. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.



- Irawan, Prasetya. 2004. Logika dan Prosedur Penelitian. ST1A- LAN. Jakarta : Hanke, John E. et. all.
- Myers, David G. 2012. Psikologi Sosial Jilid 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rosita S. 2018. *Persamaan Kesepian Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Provinsi Bengkulu*. Bengkulu: Institut Agama Islam (IAIN) Negeri Bengkulu.
- Santrock 2003 John W. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Suardiman, S. P. 2016. Psikologi Usia Lanjut. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sears, dkk. 1985. Social Psychology Fifth Edition (Alih Bahasa : Andryanto). Jakarta : Erlangga.