

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemic covid-19 di Indonesia selama setahun lebih menyebabkan seluruh aspek kehidupan terjadi ketidakseimbangan. Salah satunya aspek kebutuhan bersosialisasi. Orang-orang saat ini memiliki keterbatasan interaksi secara langsung di luar rumah. Sebagian besar dari mereka hanya melakukan aktivitas di dalam rumah dan melakukan *social distancing*. Pandemic ini berdampak salah satu kebutuhan lansia yaitu *social needs*. Dengan adanya pembatasan kegiatan-kegiatan yang bersifat mengumpulkan massa maka kegiatan posyandu lansia dan kegiatan keagamaan yang biasa diikuti oleh usia lansia ditiadakan. Oleh karena itu, pada masa pandemi ini lansia lebih merasa kesepian.

Kesepian merupakan salah satu masalah yang ada di lansia yang harus diatasi karena dapat berakibat pada kehidupan lansia. Banyak lansia yang mengalami kesepian disebabkan karena perasaan kehilangan dan kurangnya dukungan sosial. Akibat dari perasaan kesepian ini, lansia akan merasa terasing (terisolasi), tersisihkan, terpencil dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain (Aristawati, 2015). Perasaan-perasaan seperti ini cenderung memberikan pengaruh negatif terhadap kondisi kesehatan lansia baik fisik maupun psikologi. Apabila kondisi ini tidak segera teratasi maka lansia tidak akan mengalami kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Fenomena kesepian ini sangat penting karena kesepian dapat memiliki

banyak implikasi yang merugikan bagi kesehatan dan memberikan efek negatif pada kualitas hidup (Theeke, 2010).

Kementerian Kesehatan 2020 mencatat adanya peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia), yakni dari 18 juta jiwa (7,6%) pada 2010 menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada 2019. Jumlahnya diprediksi akan terus meningkat hingga 48,2 juta jiwa (15,8%) pada 2035. Indonesia memiliki riwayat peningkatan jumlah lansia yang signifikan seiring dengan peningkatan kualitas kesehatan yang berdampak pada peningkatan angka harapan hidup yakni sebesar 14 juta jiwa lansia sejak tahun 1971 hingga tahun 2009 (Komnas Lansia, 2010, dalam Kemkes, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan pada tahun 2019, sebanyak 48% dari 50 responden lansia yang tinggal di Griya Werdha Jambangan mengalami kesepian sedang, sedangkan 42% dari 50 responden mengalami kesepian berat. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Kelurahan Petemon, ditemukan sebesar 50% dari total 50 lansia mengalami kesepian sedang dan 38% mengalami kesepian berat. Pada bulan Juli 2019 peneliti melakukan pendataan awal pada lansia di Kelurahan Petemon didapatkan 8 dari 10 responden lansia mengalami kesepian sedang.

Kesepian yang dialami oleh lansia lebih menekankan pada berkurangnya kontak dan peran sosial dalam keluarga, masyarakat, dan lingkungan kerja (Suardiman, 2011). Faktor lain yang menambah masalah kesepian lansia di keluarga meliputi : a) sudah berkurangnya kegiatan dalam mengasuh anak-anak, b) berkurangnya teman atau relasi akibat kurangnya aktivitas di luar rumah, c) kurangnya aktivitas sehingga waktu luang bertambah banyak, d)

meninggalnya pasangan hidup, e) ditinggalkan anak-anak karena menempuh pendidikan yang lebih tinggi, atau meninggalkan rumah untuk bekerja, e) anak-anak telah dewasa dan membentuk keluarga sendiri (Na'imah, 2012). Hal tersebut dapat menimbulkan rasa kesepian lebih cepat pada lansia. Lansia merasa tidak memiliki seorangpun untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan serta kurangnya waktu untuk berhubungan dengan lingkungan keluarga maupun sekitar tempat tinggalnya (Santrock, 2002). Hasil penelitian Juniari (2008) dalam Puji 2015 menyebutkan bahwa lansia yang tinggal dengan keluarga atau komunitasnya tidak selalu mengalami kesepian mendalam, hal ini disebabkan faktor lingkungan yang kondusif yaitu terjalinnya kenyamanan antar anggota serta adanya aktivitas yang dilakukan membuat lansia tetap produktif.

Lansia yang mengalami kesepian seringkali menunjukkan merasa jenuh dan bosan pada hidupnya, sehingga dirinya berharap agar kematian segera datang pada dirinya. Para lansia cenderung menarik diri pada situasi sosial, dan hanya merenung di dalam kamarnya. Kondisi seperti ini sering membawanya pada perasaan bahwa hidupnya sudah tidak bermakna lagi. Kesepian yang dialami oleh usia lanjut lebih terkait dengan berkurangnya kontak sosial, absennya atau berkurangnya peran sosial, baik dengan keluarga, anggota masyarakat maupun teman kerja sebagai akibat terputusnya hubungan kerja atau karena pensiun. Di samping itu, ditinggalkannya bentuk keluarga luas (*extended family*) yang disebabkan oleh berbagai faktor dan meningkatnya bentuk keluarga inti (*nucleus family*) juga akan mengurangi kontak sosial usia lanjut.

Salah satu kegiatan yang menjadi tren saat pandemic ialah dengan berkebun. Berkebun merupakan seni dan ilmu menanam tanaman seperti bunga, buah, sayuran, dan semak. Berkebun dapat memperluas jaringan sosial peserta dengan memberikan kesempatan untuk membina interaksi sosial satu sama lain (Larson, 2006). Penelitian oleh Mimi Mun Yee Tse tahun 2008 bahwa berkebun untuk lansia mengalami penurunan signifikan dalam persepsi kesepian serta meningkatkan kepuasan hidup dan jaringan sosial. Berkebun tidak hanya melibatkan anggota gerak seperti tangan dan kaki. Kegiatan berkebun memberikan aktivitas fisik teratur yang meningkatkan stabilitas fisiologis dan fungsi tingkat tinggi (Brown dkk, 2004). Manfaat berkebun pada tingkat kemampuan fisik dapat dilihat pada peningkatan kekuatan otot, peningkatan keterampilan motorik halus dan peningkatan keseimbangan, termasuk transplantasi, yang membutuhkan praktik menggenggam dan melepaskan serta fleksi ibu jari dan jari telunjuk (McGuire 1997, Brown dkk. 2004).

Dari uraian di atas peneliti berminat untuk meneliti kegiatan berkebun sebagai upaya menurunkan kesepian pada lansia yang tinggal di rumah untuk memperoleh gambaran yang nyata.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana kegiatan berkebun sebagai upaya menurunkan tingkat kesepian pada lansia yang tinggal di rumah di era pandemic covid-19 di kelurahan Petemon Surabaya?

1.3 Tujuan

1. Mengidentifikasi tingkat kesepian sebelum kegiatan berkebun pada lansia

2. Mengidentifikasi respon saat kegiatan berkebun pada lansia
3. Mengidentifikasi tingkat kesepian setelah kegiatan berkebun pada lansia

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian diharapkan sebagai bahan pengembangan keilmuan dalam bidang keperawatan jiwa pada lansia, dan secara khususnya dapat menambah pengetahuan social dalam kaitannya dengan kesepian pada lansia.

1.4.2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat kepada:

- a. Peneliti, diharapkan memperoleh pengalaman penelitian sehingga menambah pengetahuan untuk mengaplikasikan ilmu keperawatan jiwa yang penulis tekuni.
- b. Masyarakat, diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang hal-hal yang berkaitan dengan kesepian pada lanjut usia yakni dengan memberikan motivasi dan dukungan sosial.
- c. Keluarga, diharapkan agar keluarga bisa andil memberi motivasi dan dukungan social pada kaum lansia.

