BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Penuaan merupakan hal yang tidak dapat dihindari oleh setiap manusia dan menua adalah hal yang wajar dialami setiap orang. Semua individu melewati pola perkembangan, mulai dari masa prenatal hingga lanjut usia. Hal yang terjadi di setiap tahapan perkembangan yang dilalui saling berhubungan dan tidak dapat diulang kembali. Salah satu tahapan yang dilalui individu adalah masa lanjut usia (Hurlock, 2002).

Proses tahapan perkembangan manusia mengalami perubahan fisik, psikis maupun sosial, dalam proses penuaan ini lanjut usia (lansia) mengharapkan hidup yang tenang, damai, sehat serta didampingi anak, cucu dan pasangan di masa tua. Adanya banyak perubahan dalam diri lansia seperti penurunan fungsi fisik serta mengalami berbagai kehilangan finansial dan pekerjaan, kehilangan status, kehilangan teman, kenalan atau relasi, serta tinggal berjauhan dengan anak cucu yang terkadang bekerja atau bersekolah di luar kota, serta kehilangan pasangan hidup membuat lansia merasa kesepian. Menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan serta keterlantaran (Astutik dkk, 2019).

Adat timur menganut bahwa orang tua harus dihormati dan keluarga yang mengurus segala keperluan lansia, akan tetapi ada kasus dimana lansia tinggal berjauhan dengan anak-anak mereka dan ditinggal pasangannya. Keluarga menjadi komponen terkecil dalam masyarakat, lansia menginginkan hari tua berada di

lingkungan keluarga, sebagai teman berkeluh kesah serta mengisi waktu-waktu luang bersama anak cucu paska pensiun.

Ada pula menurut masyarakat, lanjut usia (lansia) sebagai masa kembali atau kemunduran, stigma masyarakat ini dapat menjadi sumber tekanan bagi lanjut usia (lansia). Sepanjang tahapan perkembangan manusia mengalami perubahan, masa lanjut usia (lansia) sendiri merupakan tahapan terakhir hidup manusia.

Lanjut usia (lansia) menurut Kementerian Kesehatan RI (2017) dibagi menjadi tiga dimana mereka yang masuk masa persiapan usia lanjut 55-59, 60-64 masa usia lanjut dini dan lanjut usia beresiko, usia 65 ke atas. Penulis mendapatkan salah satu kisah yang nantinya dapat dijadikan acuan dalam studi kasus ini, berawal dari seorang kakek Ki Maun atau biasa dipanggil Tonge 71 tahun, penjual sapu keliling di wilayah kecamatan Cipayang, Ciracas dan Pasar Rebo. Sejak muda ia sudah terbiasa bekerja keras, namun Ki Maun sudah berjualan sapu sejak 3 tahun yang lalu ungkapnya (Jumat, 18/10/2019).

Sejak ke-3 anak beranjak dewasa dan ikut tinggal bersama suaminya di Jakarta, posisi mereka yang jauh membuat anaknya jarang mengunjungi kediamannya. “Istri saya sudah lama meninggal, anak jarang nengokin saya. Jadi kalau pulang keliling sapunya pada gak laku langsung tidur aja. Kalau ada istri kan enak bisa cerita ‘sapunya pada gak laku nih bu’ kita makan apa ya hari ini?” ungkap Ki Maun. Ia juga mengungkapkan bahwa rumahnya jauh dengan tetangganya, ia merasa sendiri dan terkadang merasa sedih “kalau mau ngobrol sama tetangga juga jauh. Disitu saya suka sepi” (Tribunjakarta, 2019).

Saat ini jumlah lanjut usia (lansia) di Indonesia diperkirakan mencapai 30-40 juta pada tahun 2020 sehingga Indonesia menduduki peringkat ke 4 di dunia. Jawa Timur menempati urutan ke-3 jumlah lansia terbanyak yaitu sebesar 12,25% (Kementrian Kesehatan RI, 2017). Jumlah lansia akan terus meningkat setiap tahunnya seiring meningkatnya populasi lansia, pada tahun 2017 terdapat (23,66 juta) jiwa penduduk lansia, tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 sebanyak (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta) (Kementrian Kesehatan RI, 2017). Peningkatan jumlah lanjut usia setiap tahunnya di Indonesia belum diikuti dengan peningkatan kualitas hidup lansia, dimana ini akan beresiko lanjut usia kesepian.

Kesepian adalah tekanan emosional yang menyertai kekurangan yang dirasakan dalam kualitas atau kuantitas hubungan sosial seseorang (Peplau & Perlman, dalam Feely, 2014). Menurut Santrock (2002) kesepian adalah ketika individu merasa bahwa tidak seorangpun memahami, merasa terisolasi dan tidak memiliki seorangpun untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan atau saat stress. Fry & Debats (dalam Astutik dkk, 2019) mengemukakan bahwa kesepian adalah kondisi menyedihkan yang merupakan akibat dari kurangnya hubungan yang memuaskan.

Bagi sebagian orang, kesepian bisa diterima secara normal, tetapi bagi sebagian orang kesepian dapat menjadi sebuah kesedihan (Astutik dkk, 2019). Kondisi kesepian menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan serta keterlantaran.

Kesepian lansia juga dapat mengacu pada sindrom sarang kosong yaitu kesepian yang muncul diakibatkan perasaan tekanan, kesedihan dan duka cita yang dialami orang tua setelah anak-anaknya meninggalkan rumah setelah dewasa atau berumah tangga (Astutik dkk, 2019). Hal ini dapat terjadi ketika anak-anaknya pergi karena kuliah atau menikah (Cushmna, dalam Pungkiawan, 2018).

Masalah kesepian pada lansia di Indonesia merupakan masalah psikososial terbesar kedua setelah masalah pelupa (Astutik dkk, 2019). Kesehatan dapat menghambat lansia dalam kegiatan yang mereka lakukan dengan orang lain, berkurangnya kegiatan mengasuh anak, berkurangnya teman membuat berkurangnya aktivitasnya sehingga waktu luang semakin banyak, seperti hilangnya kebebasan serta kemandirian. Kehilangan pasangan hidup serta orang di sekeliling lansia dapat berkontribusi menyebabkan kesepian (Septiningsih & Nai'mah, 2012) .

Menurut hasil studi penelitian di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar pada 24 Oktober 2018 dengan melakukan wawancara kepada salah satu kader posyandu lansia, di daerah tersebut banyak terdapat lansia yang berpotensi kesepian. Banyaknya lansia yang kesepian dikarenakan terdapat lansia yang hidup sendiri karena ditinggal pasangannya. Ditinggal anak-anak karena menempuh pendidikan, bekerja di luar kota dan membentuk keluarga sendiri, selain itu banyaknya lansia yang kesepian diakibatkan karena kurangnya relasi serta aktivitas di luar yang membuat banyaknya waktu sendiri lebih banyak (Astutik dkk, 2019).

Adanya beberapa faktor yang mempengaruhi kesepian menurut Brehm (2002) yaitu usia, status perkawinan, *gender*, status sosial ekonomi dan dukungan sosial. Sedangkan menurut Peplau dan Perlman (dalam Santrock, 2002) faktor yang mempengaruhi kesepian adalah *self-esteem*, *social anxiety*, pemalu dan kurang asertif. Diketahui bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia salah satunya faktor dukungan sosial dan *self-esteem*.

Menurut Sarafino (dalam Saputri & Endang, 2011) dukungan sosial atau bantuan yang dibutuhkan lanjut usia bisa didapatkan dari berbagai sumber seperti keluarga, teman atau masyarakat. Dukungan sosial didefinisikan sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu (Johnson & Jhonson dalam Saputri & Endang, 2011).

Faktor yang mempengaruhi kesepian menurut Brehm (2002) adalah dukungan sosial atau *social support*. Lansia yang mengalami perubahan nyadari segi fisik maupun psikologis membutuhkan dukungan sosial. Seorang lansia akan mengalami banyak kehilangan termasuk kehilangan pasangan, berbagai aspek ini semakin mendukung perubahan dalam konsep diri lansia (Hurlock, dalam Astutik dkk, 2019).

Menurut Marini (dalam Astutik dkk, 2019) kesepian sering terjadi pada lansia dimana keterpisahan menimbulkan permasalahan tersendiri bagi lansia, maka dari itu diperlukan dukungan sosial. Menurut Brehm (dalam Astutik dkk,

2019) kesepian muncul apabila terjadi perubahan dari apa yang diinginkan seseorang dalam suatu hubungan.

Sebagai makhluk sosial, lansia juga membutuhkan interaksi dengan orang lain. Kekuatan dukungan sosial yang berasal dari relasi terdekat, seperti keluarga, merupakan salah satu proses psikologis yang dapat menjaga perilaku sehat seseorang (Cristensen dalam Desiningrum, 2014). Dukungan sosial yang diterima di saat yang tepat dapat memberikan semangat bagi lansia dalam menjalani hari tua, karena dirinya merasa diperhatikan dan didukung.

Harga diri (*self-esteem*) menurut Blascovich & Tomaka (dalam Astutik dkk, 2019) adalah pandangan individu terhadap nilai dirinya atau bagaimana seseorang menilai, mengakui, menghargai atau menyukai dirinya. Dalam teori yang berbeda menurut Baron & Byrne (dalam Astutik dkk, 2019) harga diri merupakan objek dari kesadaran diri, evaluasi diri dan merupakan penentu perilaku. Perubahan yang dialami lanjut usia baik dari segi fungsi fisik dan psikologis (Nugroho, dalam Nurullita, 2017). Hal tersebut akan memberi pengaruh terhadap penilaian dirinya sendiri. Potter dan Perry (dalam Nurullita, 2017) mengemukakan bahwa harga diri menjadi hal yang sangat penting bagi lansia karena harga diri adalah rasa dihormati, diterima, diakui dan bernilai bagi lansia yang didapatkan dari orang lain. Harga diri merupakan ekspresi perilaku setuju atau tidak setuju dan mengindikasikan tingkat individu dalam meyakini dirinya mampu, berarti, berhasil dan berharga (Maridean Mass et al, dalam Nurullita, 2017). Harga diri rendah akan cenderung merasa tidak berharga, tak berdaya, ketakutan dan lemah (World dalam Nurullita, 2017).

Berdasarkan penelitian terdahulu maka peneliti tertarik meneliti tentang kesepian pada lansia dilihat dari fenomena lapangan di sekitar rumah peneliti bahwa kesepian bukan hanya menghinggapi lansia yang tinggal di panti jompo saja, maka pentingnya peneliti untuk mengetahui sejauh mana dampak kesepian dengan dukungan sosial dan *self-esteem* pada lansia.

A. RUMUSAN MASALAH

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan *self-esteem* dengan kesepian pada lansia?

B. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui “Hubungan antara dukungan sosial dan *self-esteem* dengan kesepian pada lansia”.

2. Tujuan Khusus

Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan *self-esteem* dengan kesepian pada lansia.

C. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk mengembangkan ilmu psikologi khususnya kaitannya dengan kesepian pada lansia.

2. Manfaat praktis

a) Bagi peneliti

Dapat memperoleh pengalaman serta wawasan untuk mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari.

b) Bagi lansia

Dapat berbagi tentang keadaan kesepian yang dirasakan.

c) Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan referensi yang mengkaji hal yang sama.