

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA
A. Lanjut Usia (Lansia)

1. Definisi Lanjut Usia (Lansia)

Lanjut usia merupakan penambahan umur seseorang disertai dengan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan fungsi otot serta kekuatannya, laju denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh dan penurunan fungsi otak, tubuh tidak akan mengalami perkembangan lagi (Hurlock, 2002). Menurut Martono & Pranaka (dalam Redjeki & Herniwaty, 2019) lanjut usia adalah proses menghilangnya secara perlahan-lahan diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita.

Menurut Tamher (dalam Astutik dkk, 2019) lanjut usia adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas baik pria maupun wanita (Padila, dalam Septianingsih dkk, 2019).

Berdasarkan definisi lanjut usia di atas dapat disimpulkan bahwa, lanjut usia adalah tahap perkembangan manusia dari bayi hingga masa lanjut usia. Dalam masa lanjut usia (lansia) mengalami kemunduran secara fisik, psikologis serta sosialnya.

2. Batasan Usia Lansia

Batasan usia menurut Kementerian Kesehatan RI (2017):

- a. Virilitas yaitu masa persiapan usia lanjut yang menampakkan kematangan jiwa, usia 55-59.
- b. Lanjut usia dini yang mulai memasuki masa usia lanjut dini yaitu usia 60-64.
- c. Lanjut usia beresiko tinggi menderita berbagai penyakit yaitu usia 65 ke atas.

3. Perubahan yang Terjadi Pada Lansia

Perubahan yang dihadapi individu lanjut usia menurut Hurlock (2002):

- a. Perubahan fisik

Seperti perubahan penampilan, bagian tubuh, perubahan panca indera dan seksual.

Perubahan pada penampilan yang terjadi pada lansia:

- 1 Wajah kriptur, hilangnya gigi dan mulai menggunakan gigi palsu, mata yang tak lagi bersinar serta mengeluarkan cairan. Di daerah rambut juga mengalami perubahan yaitu berubahnya warna rambut menjadi putih.
- 2 Area tubuh, bahu mulai membungkuk.
- 3 Perubahan daerah persendian, ujung tangan tampak mengerut, kuku dan tangan dari kaki menebal, mengeras dan mengapur.
- 4 Perubahan panca indera, berkurangnya sensitivitas dan efisiensi penginderaan berkurang.

b. Kemampuan motorik (Hurlock, 2002):

- 1 Kekuatan.
- 2 Kecepatan.

Kecepatan motorik ini menurun seiring dengan bertambahnya usia.

- 3 Belajar keterampilan baru.

B. Kesepian

1. Definisi Kesepian

Kesepian adalah tekanan emosional yang menyertai kekurangan yang dirasakan dalam kualitas atau kuantitas hubungan sosial seseorang (Peplau & Perlman dalam Feely, 2014). Santrock (2002) mendefinisikan kesepian adalah ketika seseorang merasa bahwa tidak seorangpun memahaminya secara baik, merasa terisolasi dan tidak memiliki seseorang untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan atau pada saat individu sedang stress. Fry & Debats (dalam Astutik dkk, 2019) mengemukakan bahwa kesepian adalah kondisi menyedihkan yang merupakan akibat dari kurangnya hubungan yang memuaskan. Selain itu, kesepian didefinisikan sebagai suatu keadaan yang dialami seseorang ditandai dengan adanya depresi sebagai akibat dari sistem psikofisik yang menentukan karakteristik pikiran atau perilaku serta adanya harapan akan kehidupan sosial yang memuaskan (Russel dalam Hermawati & Ila, 2019).

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kesepian merupakan perasaan-perasaan negatif, dimana adanya kesenjangan antara

hubungan yang diinginkan dan diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan yang didapat dalam hubungan sosial.

2. Aspek-Aspek Kesepian

Peplau & Perlman (1982) menyatakan bahwa kesepian merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan ketika seseorang mengalami penurunan hubungan sosial baik secara kualitas dan kuantitas. Membagi aspek-aspek kesepian menjadi tiga pendekatan:

a. *Need For Intimacy*

Perasaan kesepian muncul ketika tidak terpenuhinya kebutuhan pada diri seseorang untuk merasakan kepuasan dalam hubungan dengan orang lain.

b. *Cognitive process*

Kesepian timbul bila seseorang mempersiapkan dan mengevaluasi hubungan sosialnya menemukan bahwa adanya kesenjangan antara apa yang diinginkan dengan apa yang berhasil ia capai.

c. *Social reinforcement*

Hubungan sosial adalah suatu *reinforcement*, dimana bila interaksi sosial itu kurang menyenangkan, maka akan menjadikan individu merasa kesepian.

Menurut Russel (dalam Krisnawati & Christiana, 2017) aspek-aspek kesepian sebagai berikut:

a. *Trait Loneliness*

Adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, atau individu yang mengalami kesepian

karena disebabkan kepribadian mereka. Kepribadian yang dimaksud adalah seseorang yang memiliki kepercayaan yang kurang dan ketakutan akan orang asing.

b. *Social Desirability Loneliness*

Terjadinya kesepian karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya.

c. *Depression Loneliness*

Kesepian karena terganggunya perasaan seseorang seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan yang dialami oleh individu.

3. Faktor-Faktor Kesepian

Faktor-faktor kesepian menurut Peplau & Perlman (1982):

- a. Faktor pemicu : adanya perubahan dalam hubungan sosial seseorang yang sebenarnya sehingga hubungan sosial yang dijalankan seseorang itu jauh dari apa yang diharapkannya.
 - 1 Berakhirnya suatu hubungan dekat seperti kematian, perceraian, 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.
 - 4 Faktor perubahan situasional

b. Faktor yang mendahului

Faktor yang mendahului adalah faktor kepribadian dan situasional, dimana karakteristik kepribadian berperan dalam berkembangnya perasaan kesepian.

1 Harga diri (*Self-esteem*)

Harga diri berkaitan dengan konsep diri, yaitu sikap individu terhadap dirinya sendiri, harga diri adalah bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri. Bila seseorang selalu merasa 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.

Faktor-faktor kesepian menurut Brehm (2002):

- a. Usia: Seseorang yang memasuki usia tua selalu memiliki stigma tertentu dalam masyarakat, banyaknya orang beranggapan semakin tua semakin tak berdaya, kesepian dan lemah.
- b. Status Perkawinan: Orang yang tidak menikah akan cenderung lebih kesepian bila dibandingkan dengan yang menikah. Perasaan kesepian juga muncul apabila ditinggal atau tidak adanya pasangan suami atau istri.
- c. Gender: Dari hasil studi laki-laki lebih sulit menyatakan kesepian dibandingkan dengan perempuan.

d. Status sosial ekonomi

Tingkat penghasilan rendah cenderung mengalami kesepian lebih tinggi dari individu dengan tingkat penghasilan tinggi.

e. Dukungan sosial

Individu yang memperoleh dukungan sosial terbatas berpeluang mengalami kesepian, sementara individu yang memperoleh dukungan sosial yang lebih baik tidak terlalu merasa kesepian.

4. Tipe Kesepian

Weiss (dalam Santrock, 2003) mengemukakan tipe-tipe kesepian adalah sebagai berikut:

a. Isolasi emosional

Bentuk kesepian yang muncul ketika seseorang tidak memiliki ikatan hubungan yang intim seperti orang dewasa yang lajang, bercerai dan ditinggal meninggal pasangannya.

b. Isolasi sosial

Kesepian yang muncul ketika seseorang tidak memiliki keterlibatan yang terintegrasi dalam dirinya, seperti tidak berpartisipasi dalam kelompok, tidak ada peran yang berarti yang membuat terasingkan, bosan dan cemas.

5. Tahap Kesepian

Lake (dalam [Hidayati, 2015](#)) merumuskan bahwa ada tiga tahapan kesepian, yaitu:

- a. Keadaan yang membuat seseorang memutuskan hubungan dengan orang lain sehingga ia akan kehilangan beberapa perasaan yaitu: disukai, dicintai atau diperhatikan orang lain.
- b. Hilangnya rasa percaya diri dan *interpersonal trust*, yang terjadi ketika seseorang tidak dapat menerima dan memberikan perilaku yang menentramkan kepada orang lain.
- c. Menjadi apatis, yang terjadi ketika seseorang merasa bahwa tak seorangpun peduli sedikitpun tentang apa yang dialaminya, dimana seringkali kondisi ini menimbulkan keinginan untuk mengakhiri hidup atau bunuh diri.

C. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial didefinisikan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu (Johnson dan Jhonson, dalam Saputri & Endang, 2011). Sedangkan dukungan sosial dari perspektif komunikasi interpersonal dipahami sebagai perilaku suportif yang dilakukan untuk seseorang oleh orang lain dan sering dinilai oleh persepsi individu tentang dukungan yang diterima (Burleson dan MacGeorge dalam Feely, 2014).

Dalam teori yang berbeda, Pierce (dalam Uraningsari & As'ad, 2016) mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasi atau pendamping yang diberikan oleh orang-orang di sekitar

individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Begitu juga menurut Gotlieb (dalam Uraningsari & As'ad, 2016) menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri atas informasi yang diperlukan bagi yang menerima bantuan, tingkah laku tertentu yang diberikan ataupun berupa bantuan.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diberikan orang lain secara positif dalam kehidupan serta lingkungan sosial tertentu, sehingga individu merasa diterima, diperhatikan, dihargai, dicintai dan dihormati. Individu yang menerima dukungan sosial dapat lebih percaya diri dalam menjalani aktifitas kesehariannya.

2. Macam-macam Dukungan Sosial

Dukungan sosial menyangkut persepsi tentang keberadaan (*availability*) dan ketepatan (*adequacy*) dukungan sosial bagi seseorang. Dukungan sosial bukan hanya memberi bantuan, tetapi persepsi penerima terhadap makna dari bantuan tersebut. Sarason (dalam Kumalasari & Latifah, 2012) dukungan sosial mencakup :

a. Pendekatan berdasarkan kuantitas

Jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan.

b. Pendekatan berdasarkan kualitas

Tingkat kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi.

3. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (dalam Hanapi & Ivan, 2018) berpendapat ada lima aspek dukungan sosial yaitu :

a. Dukungan emosi

Ekspresi empati, kepedulian dan perhatian kepada seseorang tersebut dalam kondisi stress.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan ini terjadi melalui ekspresi orang mengenai hal yang positif tentang orang tersebut, membesarkan hati, setuju dengan ide-ide atau perasaan individu, perbandingan positif antara individu tersebut dengan individu lain.

c. Dukungan instrumen

Meliputi bantuan langsung.

d. Dukungan informasi

Dukungan ini meliputi pemberian nasehat serta saran atau umpan balik mengenai bagaimana orang tersebut berada dalam kondisi stress.

e. Dukungan jaringan sosial

Dukungan ini terjadi dengan memberikan perasaan bahwa individu adalah anggota dari kelompok tertentu dan memiliki minat yang sama. Rasa kebersamaan dengan kelompok merupakan dukungan bagi individu.

Menurut Weiss (dalam Maurizka & Anastasia, 2019) berpendapat bahwa ada enam aspek dukungan sosial yang disebut “*The social provision scale*” yaitu:

a. Aspek kerekatan emosional (*emotional attachment*)

Kerekatan emosional ini biasanya ditimbulkan dengan adanya perasaan nyaman atau aman terhadap orang lain atau sumber yang mendapatkan dukungan sosial.

b. Aspek integrasi sosial (*social integration*)

Individu dapat memperoleh perasaan bahwa dia memiliki suatu kelompok tersebut tempatnya untuk berbagi minat, perhatian, serta melakukan yang sifatnya secara bersama-sama.

c. Aspek pengakuan (*reassurance of worth*)

Individu yang memiliki prestasi dan berhasil karena keahlian maupun kemampuannya sendiri akan mendapatkan apresiasi atau penghargaan dari orang lain.

d. Ketergantungan yang dapat diandalkan

Dukungan sosial ini ada sebuah jaminan untuk seseorang yang sedang bermasalah dan menganggap ada orang lain yang dapat diandalkan untuk membantunya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

e. Bimbingan (*guidance*)

Aspek dukungan sosial ini adalah suatu hubungan sosial yang terjalin antara murid dengan guru dan memberikan dampak yang positif.

f. Kesempatan untuk mengasuh (*opportunity of nurturance*)

Suatu aspek yang penting dalam hubungan interpersonal individu dengan orang lain dan individu tersebut memiliki perasaan dibutuhkan.

4. Faktor-Faktor Dukungan Sosial

Myers (dalam Muslihah, 2011) mengemukakan terdapat tiga faktor utama mendorong yang seseorang untuk memberikan dukungan sosial:

a. Empati

Merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

b. Norma-norma dan nilai sosial

Selama masa pertumbuhan, individu menerima norma-norma dan nilai sosial dari lingkungan sebagai bagian dari lingkungan sebagai bagian dari pengalaman sosial seseorang. Norma dan nilai-nilai tersebut yang akan mengarahkan individu untuk bertingkah laku dalam kehidupan.

c. Pertukaran sosial

Hubungan timbal balik pertukaran akan menghasilkan kondisi hubungan yang memuaskan. Pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya orang lain, bahwa orang lain akan menyediakan.

D. *Self-Esteem*

1. Definisi *Self-esteem* (Harga Diri)

Self-esteem (harga diri) menurut Blascovich & Tomaka (dalam Azizah & Siti, 2016) adalah pandangan individu terhadap nilai dirinya atau bagaimana seseorang menilai, mengakui, menghargai atau menyukai dirinya. Sedangkan menurut Baron & Byrne (dalam Azizah & Siti, 2016) *self-esteem* merupakan objek dari kesadaran diri, evaluasi diri dan merupakan penentu perilaku. Branden (dalam Azizah & Siti, 2016) menyatakan bahwa harga diri (*self-esteem*) adalah suatu aspek kepribadian yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang. Ini dapat berpengaruh pada proses berfikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil bahkan nilai-nilai dan tujuan hidup.

Branden (dalam Refnadi, 2018) juga mengungkapkan bahwa *self-esteem* adalah (1) keyakinan dalam kemampuan untuk bertindak dan menghadapi tantangan hidup (2) keyakinan dalam hak individu untuk bahagia, perasaan berharga, layak, memungkinkan untuk menegaskan kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan individu serta menikmati buah dari hasil kerja keras orang tersebut. Seiring dengan pendapat Johnson (dalam Febrina dkk, 2018) bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi seseorang dalam menilai dirinya sendiri, seberapa puas seseorang dengan dirinya sendiri.

Dari definisi yang telah disebutkan dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah suatu penilaian terhadap diri sendiri yang mencerminkan

sikap penerimaan atau penolakan. Seberapa individu merasa mampu, penting dan berharga.

2. Aspek-Aspek *Self-esteem*

Coopersmith (dalam Azizah & Siti, 2016) menjelaskan aspek-aspek *self-esteem* diantaranya:

a. Keberartian diri (*Significance*)

Perasaan berarti yang dimiliki oleh individu akan bisa terlihat melalui perhatian dan kasih sayang yang ditunjukkan oleh lingkungan.

b. Kekuatan individu (*Power*)

Kemampuan individu untuk mempengaruhi, mengontrol dan mengendalikan orang lain di samping mengendalikan dirinya sendiri.

c. Kompetisi (*competence*)

Diartikan individu memiliki usaha yang tinggi untuk meraih prestasi yang baik.

d. Ketaatan dan kemampuan memberi contoh (*Virtue*)

Ketaatan individu terhadap aturan yang ada serta tidak melakukan tindakan yang menyimpang dari norma yang berlaku, serta mampu memberi contoh yang baik kepada orang lain.

Menurut Branden (dalam Utami, 2016) terdapat dua dimensi *self-esteem* :

a. Kepercayaan diri (*self confidence*)

Rasa percaya diri dalam kemampuan seseorang untuk berpikir dan bertindak mengatasi masalah yang didasarkan pada tantangan dalam kehidupannya.

b. Penghormatan diri (*self respect*)

Rasa percaya diri dengan semakin-yakinnya akan menjadi sukses dan bahagia, menjadi orang yang patut dihargai dan memiliki hak untuk mewujudkan segala kebutuhan dan ingin meraih segala yang dicita-citakan dan menikmati hasil atas usaha tersebut.

3. **Komponen *Self-esteem***

Menurut Battle (dalam [Refnadi, 2018](#)) komponen *self-esteem* terdiri atas tiga, yaitu:

a. *General self-esteem*

Mengacu pada perasaan keseluruhan seseorang terhadap *self-worth* yang bertentangan dengan *self-esteem* dalam kaitannya dengan aktifitas tertentu atau keterampilan dan perasaan harga diri dan kepercayaan diri serta persepsi keseluruhan individu dari nilai mereka yang merupakan hasil dari pengalaman masa lalu dan sejarah individu.

b. *Social self-esteem*

Aspek harga diri yang mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas hubungan mereka dengan teman sebaya serta kemampuan untuk terlibat dalam interaksi interpersonal individu hidup dalam

dunia sosial. Kenyamanan adalah hal yang terpenting untuk interaksi sosial.

c. *Personal self-esteem*

Cara melihat diri sendiri dan berkaitan erat dengan *self-image*. Hal ini sangat penting karena akan mempengaruhi cara seseorang merasa tentang dirinya dan bagaimana seseorang berperilaku dalam situasi yang menantang.

4. Faktor-faktor *Self-esteem*

Menurut Brun (dalam Sari, 2012) terdapat empat faktor yang mempengaruhi *self-esteem*, yaitu:

a. Pengalaman

Pengalaman merupakan suatu bentuk emosi, perasaan, tindakan dan kejadian yang pernah dialami individu yang dirasakan bermakna dan meninggalkan kesan dalam hidup individu.

b. Pola asuh

Pola asuh merupakan sikap orang tua dalam berinteraksi dengan anak-anaknya yang meliputi cara orang tua memberikan aturan-aturan, hadiah, maupun hukuman. Cara orang tua menunjukkan otoritasnya dan bagaimana orang tua memberikan perhatiannya serta tanggapan terhadap anaknya.

c. Lingkungan

Lingkungan memberikan dampak besar melalui hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar sehingga menumbuhkan rasa aman dan nyaman dalam penerimaan sosial dan harga dirinya.

d. Sosial ekonomi

Sosial ekonomi mendasari perbuatan seseorang untuk memenuhi dorongan sosial yang memerlukan dukungan finansial yang berpengaruh pada kebutuhan hidup sehari-hari.

Menurut Coopersmith (dalam [Ekasari & Zesi, 2013](#)) menjelaskan beberapa faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan penghargaan seseorang terhadap dirinya sendiri antara lain:

a. Penerimaan atau penghargaan (*Self Derogtrion*)

Seseorang yang penting dan berarti dimana individu menyadari peran mereka

b. Kepemimpinan atau popularitas (*Leadership/popularity*)

c. Keluarga – orang tua (*Family- parents*)

d. Asertivitas – kecemasan (*Assertiveness – anxiety*)

5. Karakteristik *Self-esteem*

Menurut Coopersmith (dalam [Ekasari & Zesi, 2013](#)) karakteristik individu dengan *self-esteem* tinggi, sedang dan rendah adalah sebagai berikut:

- a. *Self-esteem* tinggi menunjukkan ciri seperti lebih mandiri, percaya diri, aktif, kreatif, percaya diri, yakin atas gagasan dan pendapat, mempunyai kepribadian yang stabil, tingkat kecemasan yang rendah, lebih berorientasi pada keberhasilan.
- b. *Self-esteem* sedang menunjukkan gejala atau ciri yang mempunyai penilaian tentang kemampuan, harapan-harapan dan kebermaknaan dirinya bersifat positif, sekalipun lebih moderat. Mereka memandang dirinya lebih baik dari pada kebanyakan orang tetapi tidak sebaik individu dengan *self-esteem* tinggi.
- c. Individu yang memiliki *self-esteem* rendah ditunjukkan oleh gejala seperti pribadi yang tidak mampu menghargai diri sendiri, memiliki rasa malu, merasa tersisih, sensitif terhadap kritikan, kurang percaya diri, kurang berhasil dalam hubungan antar pribadi dan lebih mudah frustrasi.

E. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Lansia

Menurut Brehm (2002) menjelaskan bahwa kesepian yang dialami lansia di pengaruhi beberapa faktor diantaranya usia, status perkawinan, *gender*, status sosial ekonomi dan dukungan sosial. Kesepian adalah hal yang wajar bagi sebagian orang namun bagi lansia adalah kesedihan (Astutik dkk, 2019). Kesepian juga menyangkut bagaimana kualitas dukungan sosial yang diterima, interaksi dengan orang lain, memberikan kekuatan dukungan sosial yang berasal dari keluarga serta orang di sekitar dapat menjaga perilaku sehat seseorang.

Keterpisahan figur seseorang di samping lansia dapat menimbulkan permasalahan bagi lansia, adanya perubahan hubungan di lingkungan sosial dapat menyebabkan kesepian Brehm (2002). Dukungan sosial yang bermakna dalam masalah kesepian adalah dukungan sosial yang bersumber dari mereka yang memiliki kedekatan emosional yang dapat timbul dengan adanya perasaan aman atau nyaman, seperti anggota keluarga dan kerabat Gusarna (dalam Batara & Sri, 2020). Dukungan sosial berpengaruh pada kesepian, yang menunjukkan individu memperoleh kepuasan adalah dengan individu memperoleh dukungan sosial dari orang yang memiliki hubungan berarti (Itryah, dalam Batara & Sri, 2020).

Jhonson & Jhonson (dalam Saputri & Endang, 2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai keberadaan seseorang yang dapat diandalkan, memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian. Segala sesuatu yang diberikan lingkungan sosial untuk diri individu tergantung dari bagaimana ia menilai itu sebagai dukungan sosial. Lansia menjadi beresiko karena gangguan sosial yang dialami diakibatkan oleh perasaan tertekan, kesedihan serta kehilangan (Astutik dkk, 2019).

Penelitian yang dilakukan Batara & Sri (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kesepian pada narapidana. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek serta lokasi penelitian, dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada lansia.

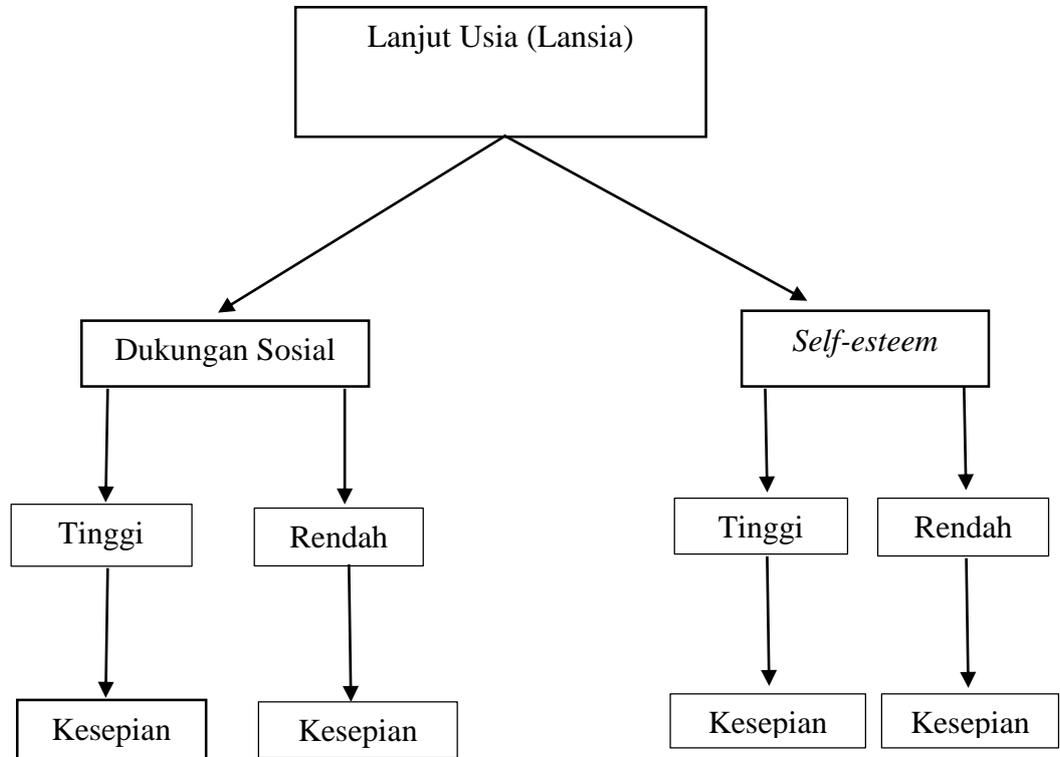
F. Hubungan Antara *Self-esteem* dengan Kesepian pada Lansia

Santrock (2002) mendefinisikan kesepian adalah ketika seseorang merasa bahwa tidak ada seorangpun memahaminya secara baik, merasa terisolasi dan tidak memiliki seseorang untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan atau pada saat individu sedang stress. Peplau dan Perlman (dalam Santrock, 2002) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi kesepian adalah *self-esteem*, *social anxiety*, pemalu dan kurang asertif. *Self-esteem* adalah pandangan individu terhadap nilai dirinya atau bagaimana seseorang menilai, mengakui, menghargai atau menyukai dirinya (Blascovich & Tomoka dalam Azizah & Siti, 2016).

Menurut Peplau & Goldstone (dalam [Hardika dkk, 2019](#)) kesepian berhubungan dengan kemampuan sosial yang buruk, hubungan antar individu, *self-esteem* rendah, rasa malu serta penyesuaian sosial yang buruk. Jika memiliki *self-esteem* yang rendah, individu kehilangan kepercayaan diri, individu akan cenderung menilai dirinya tidak berharga, menganggap bahwa ia tidak akan diterima oleh lingkungan dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Kehilangan rasa percaya diri yang membuat individu menarik diri dari lingkungan sosial, individu dengan *Self-esteem* yang rendah akan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial terus menerus yang mengakibatkan kesepian (Brehm, dalam Azizah & Siti, 2016). Kesepian adalah suatu rasa ketidaknyamanan yang berkaitan dengan keinginan atau kebutuhan untuk melakukan lebih banyak kontak dengan orang lain Herdman (dalam Pambudi, 2017).

Penelitian yang dilakukan Andini (dalam Azizah & Siti, 2016) untuk menghindari harga diri atau *self-esteem* yang rendah, lansia diharapkan dapat menghilangkan pikiran-pikiran negatif dan meningkatkan pikiran positif lansia sehat. Tetap berfikir positif kepada diri sendiri, orang lain dan lingkungan maka lansia akan dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitar sehingga dapat mengurangi kesepian, dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kesepian pada lansia.

G. KERANGKA KONSEPTUAL



H. HIPOTESIS

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah yang menjadi objek dalam penelitian (Sugiono, 2016). Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara dukungan sosial dan *self-esteem* dengan kesepian pada lansia.