

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lansia adalah salah satu fase dalam kehidupan yang akan dilalui oleh setiap orang. Fase lansia biasanya terbagi jadi dua bagian yaitu usia lanjut dini, yaitu umur 60 tahun sampai usia 70 tahun dan usia lanjut pada umur 70 tahun sampai akhir kehidupan individu. Seseorang umumnya akan dikategorikan sebagai lansia ketika berusia 60 tahun keatas.¹

Lansia akan merasakan perubahan dalam hidupnya, salah satunya adalah perubahan fisik. Secara fisik, lansia akan mengalami kemunduran dalam masalah kesehatan dengan munculnya berbagai penyakit.² Selain itu, artikel yang membahas tentang perubahan fisik pada lansia menyebutkan bahwa perubahan yang sering muncul pada lansia adalah penurunan kegiatan fisik, penurunan fungsi organ reproduksi, mudah letih, kemampuan mendengar berkurang, penglihatan berkurang, rambut yang tidak lagi berwarna hitam serta kulit akan berkerut.³

Perubahan lain yang akan dialami oleh lansia yaitu perubahan secara sosial. Hal tersebut dapat muncul karena kehilangan pekerjaan, ditinggal

¹Elsa Yulinarda Nainggolan et al, "Analisis Psikologis Perkembangan Masa Anak-Anak, Remaja, Dewasa Madya Dan Dewasa Akhir," *Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 4 (2024): 240.

²Devi Maya Puspita Sari et al, "Kualitas Hidup Lansia Ditinjau Dari Sabar Dan Dukungan Sosial," *Ilmiah Psikologi Terapan* 6, no. 2 (2018): 132.

³Bkkbn, "Mengenal Perubahan Fisik Lansia" (n.d.), <https://golantang.bkkbn.go.id>. (Diakses 10 Maret 2025).

pasangan lebih dulu, serta anak-anak yang tinggal terpisah dan jauh.⁴ Lansia kehilangan teman akibat ditinggal mati dan adanya hubungan yang tidak baik dalam lingkungan sosial cukup berpengaruh dalam perubahan sosial lansia.⁵

Permasalahan fisik dan sosial yang dirasakan oleh lansia akan berpengaruh terhadap kondisi psikologis pada lansia. Lansia akan merasa kesepian, tidak berharga lagi, bahkan merasa stres dan depresi.⁶ Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan gangguan psikologis lainnya yang dapat dirasakan oleh lansia yaitu amnesia, dementia, *insomnia* dan *sleep apnea*, dan *alzheimer's Disease*.⁷

Salah satu masalah psikologis yang sering dihadapi oleh lansia adalah kesepian. Menurut Santrock kesepian yaitu saat seseorang menganggap bahwa tidak ada satupun orang mengerti dengan baik perasaannya, merasa terisolasi, dan tidak ada seseorang yang menjadi tempat untuk bercerita ketika sedang merasa stress. Baron dan Byrne mendefinisikan kesepian merupakan kondisi emosi dan kognitif yang tidak bahagia akibat keinginan akan hubungan akrab yang tidak tercapai dan saat individu merasa

⁴Ibid

⁵Susiana Nugraha dan Dinni Agustin, "Prediktor Faktor Lingkungan Sosial Untuk Kualitas Hidup Lansia Di Wilayah Rural Dan Urban," *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat* 4, no. 1 (2020): 87.

⁶Nor Mita Ika Saputri dan Khairul Amri, "Kesepian Pada Lanjut Usia," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 3, no. 1 (2018): 69.

⁷Ibid

kekurangan serta tidak puas dengan hubungan yang dimilikinya.⁸ Oleh karena itu, kesepian dapat diartikan sebagai sebuah perasaan tidak menyenangkan yang dirasakan oleh individu karena adanya perasaan tidak diperhatikan dan kualitas hubungan yang tidak baik dengan orang lain. Adapun ciri-ciri kesepian, yaitu merasa tersisihkan, merasa berbeda dengan orang lain sehingga dirinya memiliki jarak dengan orang lain, merasa tersisih dari kelompoknya, menganggap tidak diperhatikan oleh orang-orang yang ada di sekitarnya dan merasa bahwa tidak ada satupun orang yang bisa menjadi tempat ia untuk bercerita.⁹

Penulis melakukan pra-observasi pada seorang lansia berjenis kelamin laki-laki. Lansia ini tinggal bersama dengan cucunya yang telah berkeluarga dan cucunya ini telah memiliki dua orang anak, yaitu satu orang laki-laki yang berumur 10 tahun dan seorang perempuan berusia 14 tahun. Setiap hari ia akan tinggal di rumah sendiri. Cucu dan cicitnya pergi melakukan aktivitas. Ia hanya bisa duduk diteras rumah sambil menunggu cucu atau cicitnya pulang dari sekolah dan pekerjaan mereka. Lansia juga memiliki anak dan cucu yang tinggal terpisah dan jauh. Lansia akan terlihat senang ketika anak atau cucunya yang tinggal terpisah dengannya atau bahkan tetangganya dan orang-orang yang ia kenal datang mengunjunginya.

⁸Indri Putri Nazmi, "Loneliness Dan Dukungan Sosial Pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan Seksual," *Jurnal Psikoborneo* 5, no. 3 (2017): 332.

⁹Dian Kristy, *Penatalaksanaan Psikologi Untuk Kasus Normal Bermasalah Jilid Dua* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2024), 37

Namun, terlihat jelas sikap lansia cenderung diam ketika anak atau cucunya akan kembali ke tempat masing-masing.

Selain observasi, peneliti juga melakukan wawancara. Lansia mengatakan jika ia sering merasa sendiri dan merindukan anak-anaknya yang berada ditempat yang jauh dan jarang datang untuk mengunjunginya yang sampai membuat lansia tersebut sering sulit tidur karena selalu memikirkan anak-anaknya. Ia juga mengalami ketidak berdayaan karena tidak mampu lagi beraktivitas seperti dulu. Kehilangan pasangan juga membuat ia sering merasa tidak lagi memiliki seseorang yang memiliki hubungan dekat dengannya untuk mengungkapkan setiap perasaan yang dirasakan.¹⁰

Kesepian pada lansia bisa muncul karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Diantaranya, yaitu ditinggal pasangan (bercerai/mati), isu-isu sosial dalam masyarakat, kekosongan, merasa terabaikan dan kesedihan. Faktor lain yang dapat membuat seorang lansia merasa kesepian adalah kurangnya perhatian dari keluarga atau orang-orang yang ada disekitar lansia.¹¹

Dukungan sosial adalah rasa nyaman, rasa diperhatikan, rasa dicintai, rasa memiliki harga diri dan semua bentuk bantuan yang diterima dari orang lain atau sebuah kelompok.¹² Seseorang yang menerima dukungan

¹⁰Hendra, wawancara oleh Penulis, Kalaba', Kabupaten Mamasa,, 3 Januari 2025.

¹¹Ramadhan Putra Satria dan Nurhakim Yudhi Wibowo, "Pengalaman Kesepian Pada Lansia: Systematic Review," *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan* 13, no. 1 (2022): 98–99.

¹²Rivanlee Anandar, "Dukungan Sosial Terhadap Anak Jalanan Di Rumah Singgah," *Jurnal Share Social Work* 5, no. 1 (2015): 85.

sosial akan menganggap jika ia dicintai, diperhatikan, dihormati serta dihargai, merasa bahwa dirinya adalah bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga atau organisasi dalam masyarakat, dan memperoleh bantuan baik secara fisik maupun jasa. Empat bentuk aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.¹³

Dukungan emosional adalah dukungan yang diberikan dengan menunjukkan empati, kepedulian, dan perhatian kepada orang lain. Sedangkan dukungan penilaian adalah bentuk dukungan dengan memberikan penghargaan positif, pemberian semangat, persetujuan pendapat dan perbandingan secara positif dengan orang lain. Bentuk dukungan yang ketiga adalah dukungan instrumental, dimana dukungan ini merupakan dukungan yang diberikan dalam bentuk bantuan langsung seperti uang, barang atau makanan dan bentuk dukungan yang terakhir adalah dukungan informasi. Dukungan ini melibatkan pemberian informasi, pengetahuan, petunjuk, saran dan umpan balik terhadap keadaan seseorang.¹⁴

Kesepian yang dirasakan oleh lansia dan tingkat kesejahteraan hidupnya akan lebih baik ketika lansia ini mendapatkan dukungan dari lingkungan sosialnya. Hal ini dapat terjadi karena lansia akan merasa bahwa

¹³Ibid

¹⁴Ainul Mardiah et al, "Peran Dukungan Sosial Dalam Mencegah Kekerasan Dalam Pacaran: Studi Korelasi Pada Remaja Di Jakarta," *Jurnal Psikologi Ulayat* 4, no. 1 (2017): 32.

dirinya mendapatkan perhatian dari mereka yang mempunyai hubungan emosional, seperti keluarga dan bahkan dari orang lain yang ada di sekitarnya.¹⁵

Kesepian merupakan hal yang membawa pengaruh besar dalam hidup seorang lansia karena perasaan tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan hidup seorang lansia. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk melihat peran dukungan sosial dalam mengurangi kesepian yang dirasakan oleh lansia dan dapat memberikan pemahaman bahwa dukungan sosial terhadap lansia adalah hal yang perlu diperhatikan.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Afnan Agus P. dan Aristina Halawa yang berjudul "Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesepian (*Loneliness*) Pada Lansia Di Posyandu Lansia Tegar Kemlaten VII Surabayakemlaten VII Surabaya" dengan menggunakan metode korelasi yang merupakan penelitian yang meneliti hubungan antara variabel, dengan tujuan membuktikan hubungan korelasi antara variabel. Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesepian lansia. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesepian lansia.¹⁶

Penelitian lain yang juga membahas tentang dukungan sosial dan kesepian lansia, ditulis oleh Yulia Devi Putri dalam jurnal yang berjudul

¹⁵Aristina Halawa, "Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesepian (*Loneliness*) Pada Lansia Di Posyandu Lansia Tegar Kemlaten VII Surabaya Kemlaten VII Surabaya," *Jurnal Keperawatan* 4, no. 2 (2015): 7.

¹⁶Ibid, 3-8

“Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesenian Pada Lansia Di kota Batam”. Penelitian ini adalah jenis penelitian survei analitik dengan pendekatan *Cross sectional study*. Hasil dari penelitian ini mendapatkan jika ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesepian lansia meskipun dalam penelitian ini dukungan sosial keluarga hanya ada 6.10% akan tetapi hal tersebut tetap berpengaruh terhadap kesepian lansia.¹⁷

Jurnal berikutnya yang membahas tentang dukungan sosial dan kesepian lansia adalah jurnal yang ditulis oleh Vira Herma Rahayu dan Wa Ode Asmawati yang berjudul “Hubungan *Social Support* Dengan Tingkat Kesenian Lanjut Usia Pada Latar Belakang Pedesaan Di Kabupaten Bogor”. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif serta memakai metode survei. Metode survei melibatkan pengumpulan data dengan cara pengambilan sampel suatu populasi dengan memakai kusioner sebagai alat utama. Penelitian ini menemukan jika terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kesepian lansia, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan, maka tingkat kesepian yang dirasakan akan semakin menurun.¹⁸

Penelitian yang dilakukan oleh penulis berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dimana penelitian ini menggunakan metode

¹⁷Yulia Devi Putri, “Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesenian Lansia Di Kota Batam,” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6, no. 4 (2021): 192–194.

¹⁸Vira Herma Rahayu dan Wa Ode Asmawati, “Hubungan *Social Support* Dengan Tingkat Kesenian Lanjut Usia Pada Latar Belakang Pedesaan Di Kabupaten Bogor,” *Jurnal Sosiohumaniora Nusantara* 1, no. 2 (2024): 268–274.

kualitatif dan pendekatan deskriptif serta teori dukungan sosial yang dibagi kedalam empat bagian. Pada penelitian sebelumnya seringkali hanya membahas tentang dukungan sosial dan kesepian lansia tetapi tidak menjelaskan bentuk dukungan sosial dan sumber dukungan sosial yang dibutuhkan oleh lansia. Akan tetapi, pada penelitian ini, penulis menjelaskan tentang bentuk dan sumber dukungan sosial yang diperlukan oleh lansia untuk mengurangi kesepian yang dirasakan. Selain itu, kebiasaan yang dimiliki oleh masyarakat di lokasi penelitian adalah lebih mengutamakan kebutuhan sehari-hari berupa makanan lansia dibandingkan kebutuhan emosional lansia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari penjelasan pada latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana dukungan sosial terhadap kesepian yang dirasakan oleh lansia.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memaparkan mengenai dukungan dari orang-orang yang ada di lingkungan lansia memiliki pengaruh besar terhadap kesepian yang dirasakan oleh lansia.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang dapat diperoleh antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini ikut berkontribusi untuk pengembangan ilmu pengetahuan yang didapatkan dari hasil penelitian tentang pengaruh dukungan sosial terhadap dampak kesepian lansia. Hal lain yang diharapkan dari penelitian ini adalah untuk memberikan pengaruh pada komunitas akademik IAKN Toraja secara Khusus program studi Pastoral Konseling dalam pemahaman psikososial lansia yang dapat membantu dalam pengembangan teori atau model pastoral konseling yang kepada lansia secara khusus lansia yang sedang kesepian.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman bahwa dukungan orang-orang yang ada disekitar lansia memiliki peran dan pengaruh untuk kesejahteraan hidup lansia.

E. Sistematika Penulisan

Struktur penulisan dalam proposal penelitian ini adalah bab I yang membahas tentang penyebab dan dampak dari masalah yang akan diteliti, sehingga pada latar belakang masalah dijelaskan tentang penyebab dan dampak masalah tersebut.

Bab II pada penelitian ini berisi tentang penjelasan teori-teori yang akan digunakan dalam meneliti masalah dan penggunaan teori ini yang akan digunakan sebagai dasar dalam melakukan analisis masalah.

Bab III berisi tentang metode penelitian yang menjelaskan tentang cara-cara dalam mengumpulkan data yang dimana data ini akan digunakan dalam menganalisis dan menjawab pertanyaan pada rumusan masalah.

Bab IV merupakan hasil dan pembahasan dari penelitian yang dilakukan di lapangan dan menjawab topik yang dibahas dalam penelitian untuk dianalisis berdasarkan teori yang telah ditentukan.

Bab V yang berisi penutup mencakup kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan serta saran yang bermanfaat untuk subjek penelitian ataupun lokasi penelitian.