

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Setiap orang pasti akan mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan dalam kehidupannya dimulai dari masa anak-anak, remaja, dewasa hingga lanjut usia. Seiring bertambahnya usia, individu juga akan mengalami penuaan yang merupakan proses alami dalam siklus kehidupan yang sering ditandai dengan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh pada sistem pencernaan, pernapasan, pembuluh darah, jaringan kulit, dan persendian (Dewo, 2013). Proses penuaan ini umumnya terjadi pada masa lanjut usia.

Menurut Festi (2018), lanjut usia adalah tahap akhir perkembangan pada kehidupan manusia yang dimulai dari usia 60 tahun hingga hampir mencapai 120 atau 125 tahun. Sedangkan menurut Ariyono dan Dani (2019), lansia adalah kategori manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari periode kehidupan. Dalam Undang-Undang Negara Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia juga dipaparkan bahwa lanjut usia adalah seseorang yang telah berumur lebih dari 60 tahun. Lebih lanjut dibahas mengenai lanjut usia potensial adalah lanjut usia yang masih mampu melakukan pekerjaan atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang atau jasa, sedangkan lanjut usia tidak potensial adalah lanjut usia yang sudah tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain.

Dalam survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) terhadap penduduk lanjut usia tahun 2019, didapatkan hasil bahwa persentase penduduk lansia di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat selama kurun waktu hampir lima dekade yaitu dari tahun 1971 sampai tahun 2019. Pada tahun 2019, persentase lansia mencapai 9,60 persen atau sekitar 25,64 juta orang. Kondisi ini menunjukkan bahwa lebih dari 7 persen keseluruhan penduduk Indonesia yang berusia di atas 60 tahun sedang bertransisi menuju ke arah penuaan. Fenomena ini merupakan cerminan dari meningkatnya angka harapan hidup penduduk Indonesia.

Selama masa hidupnya, lansia juga tidak terlepas dari tiga masalah pokok yang kerap dihadapi para lansia yaitu, pertama adalah perubahan hidup dan kemunduran fisik yang mengakibatkan lansia tidak dapat beraktifitas seaktif dulu lagi. Kedua, tidak jarang seorang lansia dapat mengalami kesepian karena putusannya hubungan dengan orang-orang terdekat maupun yang disayangi. Ketiga, *post power syndrome* yaitu lansia yang baru saja mengalami pensiun, kehilangan kekuatan, penghasilan dan kebanggaan (Utami, 2018).

Seperti yang dituturkan oleh subjek berinisial A yang berusia 61 tahun dan telah tinggal di panti jompo selama 3 tahun, “Awal-awal waktu baru tinggal disini, ada rasa tidak nyaman, rasanya ingin balik saja, tapi karena anak saya mau ke luar kota bekerja, tidak ada orang lagi, terpaksa saya harus tinggal disini. Anak saya juga setahun sekali baru datang”. Saat ditanya tentang bagaimana perasaan subjek sekarang, subjek menjawab “Ya kalau sekarang sudah terbiasa. Ada kawan-kawan juga. Bisa ibadah bersama”.

Di sisi lain, subjek berinisial H yang telah tinggal di panti jompo selama 5 tahun masih merasakan kesedihan dan kehilangan karena ditinggalkan oleh keluarganya. Subjek mengatakan “Saya dibawa anak saya kemari, katanya orang di rumah semuanya sibuk, tidak ada yang bisa menjaga saya. Jadi, saya ditiptkan disini, tapi sampai sekarang tidak ada yang datang melihat saya”.

Para lansia yang mengalami berbagai penurunan atau kemunduran secara jasmani maupun rohani dapat mempengaruhi mobilitas dan juga interaksi sosial lansia tersebut. Kemunduran tersebut membuat para lansia merasa terkucilkan, tersisihkan, tidak diperdulikan, terisolasi dari lingkungan, tidak ada tempat berbagi cerita, atau hidup sendiri karena tidak ada pilihan lain, sehingga menyebabkan para lansia merasakan kesepian atau *loneliness*, terutama bagi lansia yang tinggal di panti jompo dan jarang atau bahkan tidak pernah dikunjungi oleh keluarga maupun sanak saudaranya.

Menurut Hunt (2013), kesepian atau *Loneliness* merupakan suatu kondisi kesedihan yang disebabkan oleh perasaan terisolasi ataupun terpisah dari orang lain. Sedangkan menurut Bhagchandani (2017) kesepian adalah suatu perasaan negatif subjektif yang dialami oleh individu karena memiliki hubungan sosial

yang kurang. Dapat disimpulkan bahwa kesepian atau *Loneliness* adalah suatu perasaan negatif berupa kesedihan yang dirasakan oleh seseorang akibat kurangnya atau bahkan tidak adanya interaksi yang berarti dengan orang lain maupun orang disekitarnya.

Weiss (dalam Sherman, 2012) membagi kesepian menjadi dua jenis yaitu : (a) *Emotional Loneliness*, terjadi ketika seseorang mengalami kondisi dimana dia kehilangan figur lekatnya secara emosional. Figur lekat yang dimaksud berupa pasangan, kekasih, orangtua, maupun anak. (b) *Social Loneliness*, terjadi ketika seseorang mengalami kekurangan hubungan atau interaksi sosial. Misalnya pindah ke lingkungan yang baru, pindah kerja, tidak dianggap oleh anggota kelompok dan tidak memiliki kelompoknya sendiri.

Dilansir dari Cnnindonesia.com, rasa kesepian dapat memangkas harapan hidup lansia. Kesepian dapat menjadi bahaya tersendiri bagi lansia, bahaya tersebut berupa meningkatnya tekanan darah, menurunnya kesehatan, hingga demensia. Isolasi sosial memiliki dampak yang besar karena manusia membutuhkan manusia lainnya, dan ketika seorang lansia tidak punya seseorang untuk diajak berbicara, waktu mereka hanya dihabiskan di depan televisi, duduk melamun ataupun berbaring di kamar tidur sehingga lansia tersebut tidak melakukan aktivitas fisik apapun. Hal ini dapat menyebabkan obesitas dan gangguan fisik lain pada lansia. Dampak lainnya, kondisi kesehatan jiwa para lansia juga dapat terganggu dimana, kesepian tersebut dapat merusak otak yang sama seperti otak seseorang yang merokok (Detikhealth.com).

Dampak negatif yang ditimbulkan oleh rasa kesepian tersebut dapat diatasi apabila seseorang memiliki sikap positif yang baik terhadap diri sendiri. Sikap positif yang baik terhadap diri sendiri itu dapat dicerminkan melalui *Psychological Well-Being* seseorang. *Psychological Well-Being* merupakan realisasi terhadap pencapaian penuh dari potensi individu. Individu dapat dengan baik menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya, mandiri, dapat menentukan pilihannya sendiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, mampu memodifikasi lingkungannya sesuai dengan

keinginannya, serta memiliki tujuan hidup dan terus mengembangkan pribadinya seperti yang dipaparkan Ryff (dalam Hartato, Basaria & Patmonodewo, 2017).

Ryff (dalam Ramadhani, Djunaedi & Sismiati, 2016) juga mendefinisikan konsep *Psychological Well-Being* dalam enam dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Selain itu, Wells (dalam Rosalina & Siswati, 2018) memaparkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *Psychological Well-Being* antara lain faktor sosio-demografis yaitu usia, jenis kelamin, status pernikahan, status sosial-ekonomi, dan hubungan sosial. Lalu faktor kesehatan berupa komunitas, aktivitas fisik, penyakit, dan penuaan, terakhir adalah faktor kepribadian.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* seseorang, salah satunya adalah *Loneliness*. Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yaitu Halim dan Daryo (2016), dimana ada hubungan negatif yang signifikan antara *Psychological Well-Being* dengan *Loneliness* dengan data yang diperoleh adalah korelasi antara *Psychological Well-Being* dan *Loneliness* ( $r = -0.659$  ;  $p = 0.000 < 0.005$ ).

Hipotesis penelitian yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara *Psychological Well-Being* dengan *Loneliness* pada Lansia yang tinggal di Panti Jompo di Kota Medan. Dimana semakin tinggi tingkat *Psychological Well-Being*, maka semakin rendah tingkat *Loneliness* dan sebaliknya semakin rendah tingkat *Psychological Well-Being*, maka semakin tinggi tingkat *Loneliness*.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Psychological Well-Being* dengan *Loneliness* pada Lansia yang Tinggal di Panti Jompo di Kota Medan” dengan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara *Psychological Well-Being* dengan *Loneliness*?
2. Bagaimana *Psychological Well-Being* mempengaruhi *Loneliness*?

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Psychological Well-Being* dengan *Loneliness* pada lansia yang tinggal di panti

jompo di Kota Medan. Manfaat dari penelitian ini yaitu manfaat teoritis sebagai penambah wawasan dalam ilmu pengetahuan berdasarkan pada teori-teori yang ada, khususnya dalam bidang Psikologi dan manfaat praktis yaitu penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan mengenai *Psychological Well-Being* pada lansia, khususnya yang mengalami kesepian serta dapat dimanfaatkan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.