

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan merupakan proses alami yang tidak dapat dicegah dan wajar yang dialami oleh setiap orang. Lanjut usia adalah tahap terakhir perkembangan pada masa kehidupan manusia yang di mulai dari usia 60 tahun hingga hampir mencapai 125 tahun (Festi, 2018). Disisi lain Kholifah, (2016) menyatakan bahwa memasuki usia lanjut berarti mengalami perubahan seperti perubahan fisik yang dilihat dari kulit yang mengendur, rambut putih, kehilangan gigi, tidak dapat mendengar dengan jelas dan penurunan penglihatan, serta gerakan yang mulai melambat.

Populasi lansia di seluruh dunia terus meningkat setiap tahunnya, pada abad ke-21 populasi global semakin meningkat, jumlah penduduk dunia yang berusia 60 tahun ke atas di perkirakan akan meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2020 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050 (WHO, 2020). Bagian dari populasi global berusia 65 tahun ke atas diperkirakan meningkat dari 761 juta pada tahun 2021 menjadi 1,6 miliar pada tahun 2050 dan penduduk yang berusia 80 tahun ke atas di perkirakan meningkat dari 155 juta pada tahun 2021 menjadi 459 juta pada tahun 2050 (United Nations, 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan (2019), Indonesia memasuki periode populasi penuaan, di mana peningkatan umur harapan hidup diikuti dengan peningkatan jumlah Lansia. Jumlah penduduk lansia di Indonesia

meningkat dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010 menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat hingga tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%). Populasi lansia di Indonesia akan meningkat lebih tinggi dari pada populasi di dunia karena tingginya rata-rata usia harapan hidup yaitu dari 62,8 tahun menjadi 71,4. Di Indonesia berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022, proporsi lansia mencapai 10,82% atau sekitar 29,3 juta jiwa. Sumatera Barat termasuk provinsi yang memiliki struktur penduduk tua mencapai angka 10 persen, yaitu sebesar 10,79 % (BPS, 2022). Berdasarkan data dinas kesehatan kota Padang, jumlah lansia di kota padang pada tahun 2023 berjumlah 75.800 lansia meningkat dari tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan Kota padang, 2023).

Proses penuaan membawa pengaruh dan perubahan yang menyeluruh pada aspek fisik, sosial, psikologis ekonomi dan juga peranan sosial dalam masyarakat (Vitaliati, 2018). Semakin bertambah usia maka semakin menurun kekuatan dan daya tahan tubuh seseorang sehingga dapat mengakibatkan kerentanan dan mudah terserang penyakit (Sutinah, 2017). Lansia akan mengalami proses degeneratif dari segi fisik ataupun segi mental, maka penurunan derajat kesehatan dan kemampuan fisik akan menjadikan lansia secara perlahan menarik diri dari dengan hubungan sekitar dan lansia akan mengalami kesepian (Keswara, 2017). Masalah yang juga sering dialami oleh lansia ialah berkaitan dengan masalah kehilangan, kehilangan rutinitas dan kesibukannya, kehilangan teman

dekat dan juga kehilangan pasangan hidup serta ditinggalkan anak karena sibuk bekerja sehingga lansia merasakan perasaan kesepian (Widyawati, 2019).

Loneliness juga dikenal sebagai kesepian, adalah perasaan subjektif akan kekosongan dan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh perubahan dalam kehidupan sosial seseorang yang berujung pada rasa kehilangan dan ketidakpuasan (Husna, 2020). Menurut Bhagchandani (2017) mendefinisikan kesepian atau *loneliness* sebagai perasaan sedih yang negatif yang alami oleh seseorang akibat kurangnya atau bahkan tidak adanya interaksi yang berarti dengan orang lain maupun orang di sekitarnya. Perasaan kesepian dibagi menjadi dua jenis yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Kesepian emosional yang dirasakan seperti tidak memiliki kedekatan dan perhatian serta merasa tidak ada satu orang pun yang peduli terhadapnya, ini muncul karena seseorang yang mengalami kesepian merasa takut untuk membangun hubungan dengan orang lain. Sedangkan kesepian sosial muncul karena tidak adanya ikatan dalam suatu komunitas, seperti lansia yang lebih memilih berdiam diri atau tidak ikut serta dalam suatu kegiatan (Yusuf *et al.*, 2018).

Populasi penuaan berkontribusi terhadap peningkatan kesepian lansia di seluruh dunia. Lansia mempunyai risiko lebih tinggi untuk mengalami kesepian. Hasil penelitian Newmyer *et al* (2023) yang di lakukan menggunakan data survei dari 27 negara (termasuk Indonesia) untuk menilai kesepian berdasarkan negara, usia, dan jenis kelamin dengan menggunakan satu item, lebih dari 10% orang berusia 50 tahun ke atas bahwa mereka merasa kesepian, dan di 17 dari 27 negara

persentasenya berada di atas 25%. Kesenian dalam kelompok Lansia di 27 negara akan meningkat tiga kali lipat dari 105 juta pada tahun 1990 menjadi 333 juta pada tahun 2050.

Penelitian yang dilakukan Hussein *et al* (2021) pada lansia 380 lansia Malaysia yang tinggal di komunitas, menunjukkan bahwa 32,6% responden mengalami kesepian sosial, 39,9% mengalami kesepian emosional, dan 9,2% mengalami kesepian keluarga. Sedangkan penelitian yang dilakukan di Indonesia pada 15 Puskesmas di Kota Kendari Sulawesi Tenggara, dengan jumlah 21.236 lansia yang terdiri dari 50,4% laki-laki dan 49,5% perempuan. Jumlah lansia yang menerima layanan dari Puskesmas yaitu 16.652 lansia. Dari hasil penelitian di dapatkan 64,0% lansia yang mengalami kesepian dan 36,0% lansia yang tidak mengalami kesepian (Susanty *et al.*, 2022).

Kesepian pada lansia berdampak buruk baik pada kesehatan fisik maupun mental. Kesehatan fisik yaitu kurang tidur, dan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular karena peningkatan simpatik aktivitas. Selain itu terkait kesehatan mental, interaksi sosial negatif jangka panjang, seperti pengucilan atau pengkhianatan, akan mengakibatkan penurunan kognitif karena perasaan kesepian yang diakibatkannya (Jhinger, 2023). Dampak yang terjadi terhadap kesepian pada lansia yaitu makin banyaknya lansia yang mengalami depresi, keinginan bunuh diri, gangguan tidur, ketidakbahagiaan, hubungan interpersonal buruk dan tidak dapat menerima orang lain dengan cara positif. Lansia yang mengalami kesepian akan berdampak pada kesehatan fisik dan 60% akan mendatangi unit gawat darurat

(Mariska & Anwar, 2019). Kesepian menjadi faktor resiko untuk penyebab kematian dini sebesar 26 % lebih besar dari resiko obesitas. Di Australia usia diatas 65 tahun memiliki kesehatan mental dan interaksi sosial yang rendah dibandingkan dengan usia yang lebih muda (*Australian Psychological Society, 2018*).

Kesepian dapat di sebabkan oleh berbagai faktor, namun penyebab umum terjadinya kesepian ada tiga faktor yaitu faktor psikologis, kebudayaan situasional dan faktor spiritual (Wahdaiyah, 2022). Dalam berbagai penelitian sebelumnya meneliti mengenai adanya faktor-faktor penyebab kesepian pada lansia. Penelitian yang dilakukan oleh Husna (2020) faktor yang berkaitan dengan kesepian pada lansia yaitu karakteristik lansia itu sendiri seperti usia lansia yang lebih tua, gangguan penyakit kronis sehingga mengganggu aktivitas, pendapatan sedikit, status janda/duda dan pendidikan yang rendah. Faktor selanjutnya lansia yang tinggal sendiri tanpa anak dan pasangan serta faktor ketergantungan sepenuhnya lansia melakukan aktivitas sehari-hari.

Salah satu faktor yang efektif dalam mengurangi perasaan kesepian adalah faktor psikologis (*psychological well being*) yang mengacu pada rasa sehat yang mencakup kesadaran penuh akan kelengkapan dan integrasi dalam semua aspek seseorang meliputi kepuasan hidup, emosi negatif dan emosi positif. Lansia dengan kesehatan subjektif yang baik cenderung tidak mengalami kesepian di bandingkan dengan lansia yang memiliki kesehatan subjektif buruk (Phaswana & Peltzer, 2017).

Penelitian yang dilakukan Afshari *et al* (2018) menunjukkan bahwa *psychological well being* dan *coping religius* merupakan prediktor negatif kesepian, dimana didapatkan hubungan negatif dan signifikan antara *psychological well being* dengan kesepian yaitu ($p < 0.01$), dimana juga didapatkan hubungan negatif antara *coping religius* dengan kesepian yaitu ($p < 0.05$). Menurut Ntozini & Abdullahi (2021) kesepian berkorelasi secara signifikan dan negatif dengan keempat dimensi *psychological well being* yang dipilih pada tingkat 1%; penerimaan diri ($R = -0,376$; $p < 0,01$), tujuan hidup ($R = -0,211$; $p < 0,01$), penguasaan lingkungan ($R = -0,235$; $p < 0,01$), dan otonomi ($R = -0,283$; $p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami lansia maka semakin rendah pula tingkat *psychological well being*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hapsari (2022) di kelompok lansia Gawe Rukun Salatiga dengan responden 60 orang lansia, dari hasil demografi karakteristik responden diketahui bahwa mayoritas sebanyak 70% tidak memiliki pekerjaan, mayoritas responden 58,3% berada pada rentang usia 70-79 tahun, 60% diketahui memiliki status perkawinan sebagai janda/duda, dan didapatkan mayoritas responden sebanyak 53,3 % memiliki tingkat *Psychological well being* yang rendah, dari hasil penelitian didapatkan korelasi sebesar -0,175. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *Psychological well being* dengan kesepian, dimana semakin tinggi *psychological well being* seseorang, maka semakin rendah tingkat *loneliness* nya dan begitu sebaliknya.

Hasil penelitian yang dilakukan Susanti *et al* (2021) kepada 100 orang lansia yang menetap di panti jompo kota medan menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *psychological well being* dengan kesepian dengan nilai *person correlation* sebesar -0.654 $p < 0.05$, faktor *psychological well being* berpengaruh terhadap kesepian sebesar 42,8% dan 57,2% di pengaruhi faktor lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Bagus (2020) pada 138 responden lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan. Hasil koefisien korelasi sebesar -0.509 dengan nilai signifikansinya lebih kecil $0,000 < 0,05$, *psychological well being* berpengaruh terhadap kesepian sebesar 30%. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif antara *psychological well being* dengan Kesepian. Semakin tinggi *psychological well being* maka akan semakin rendah loneliness yang dirasakan oleh lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan dan sebaliknya.

Hasil penelitian Qian li *et al* (2023) Lansia dengan *Psychological well being* rendah lebih banyak mengalami stres dan kesepian, tingginya tingkat *Psychological well being* pada lansia dapat memperlambat penurunan fungsi fisik terkait usia. Setelah disesuaikan dengan faktor-faktor seperti jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan status pendapatan bulanan, ditemukan bahwa rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis (*Psychological well being*) dapat meningkatkan risiko sikap negatif terhadap penuaan. Keyakinan agama berperan penting dalam mencegah dan mengurangi kesepian. Selain itu, tingkat *Psychological well being* yang lebih tinggi mencegah terjadinya kesepian.

Psychological well-being merupakan individu yang mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain secara psikologis adalah individu yang mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif dan merasa positif dengan kehidupannya sehingga mereka dapat berkembang dengan baik dan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik pula Ryff dalam (Astutik et al., 2019). *Psychological well being* adalah kompetensi individu demi mendapatkan aktualisasi dirinya, terwujudnya relasi yang erat dengan individu lain, bebas dari tekanan sosial, dapat memiliki control lingkungan eksternal, memiliki hidup berarti, serta mewujudkan kemampuan dirinya secara berlanjut (Wardiyah, 2018).

Individu dapat dikatakan mencapai *psychological well-being* jika memiliki 6 enam dimensi, diantaranya: pertama digambarkan sebagai evaluasi positif terhadap diri sendiri dan kehidupan masa lalu (Penerimaan Diri); yang kedua sebagai rasa pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan sebagai pribadi (*Personal Growth*); yang ketiga sebagai kemampuan arah hidup serta perasaan bahwa hidup seseorang mempunyai tujuan dan bermakna (*Purpose in Life*); yang keempat sebagai kemampuan membangun hubungan yang relevan dengan orang lain (Hubungan Positif dengan Orang Lain); kelima sebagai kemampuan mengelola kehidupan dan lingkungan sekitar secara efektif (Penguasaan Lingkungan); dan keenam sebagai kecenderungan percaya diri dan mandiri serta mempunyai rasa penentuan nasib sendiri (Otonomi) (Fusi et al., 2022).

Kesejahteraan pada kesehatan atau Kesepian dapat dijelaskan oleh stres karena peristiwa kehidupan, stres mempengaruhi sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal individu dalam sistem endokrin dan saraf, mengurangi kekebalan tubuh, dan mengubah status perilaku, kognitif dan disesuaikan dengan ketahanan dan kemampuan individu (Hsu, 2020). Kesehatan psikologis manusia tidak hanya dinilai dari ketiadaan atau minimnya penyakit mental, tetapi juga kekuatan dan sumber daya yang manusia miliki untuk mengatasi berbagai tantangan kehidupan secara optimal, *psychological well being* mencakup sejumlah dimensi psikologis yang diperlukan oleh seseorang untuk dapat menghadapi berbagai tantangan kehidupan dan untuk memenuhi keberfungsian psikologis yang berkaitan dengan aspek fisik, mental, dan sosial seseorang (Simanjuntak *et al.*, 2021).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023 Puskesmas Lubuk Buaya adalah puskesmas dengan jumlah lansia terbanyak kedua dengan jumlah lansia mencapai 5.490 Lansia. Dari pencatatan dan pelaporan puskesmas Lubuk Buaya, data lansia dengan kasus gangguan mental emosional pada bulan juli s.d september yaitu sebanyak 77 lansia. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 orang lansia di Wilayah Puskesmas lubuk Buaya Kota Padang dengan memberikan beberapa pertanyaan dari kuisisioner. Dilihat dari aspek kesepian di dapatkan 7 lansia mengatakan rindu dikelilingi orang-orang yang di cintai. 5 lansia mengatakan tidak banyak orang yang bisa saya andalkan ketika sedang memiliki masalah, 6 mengatakan tidak memiliki seseorang untuk berbagi cerita tentang masalah sehari-hari. Dilihat dari aspek *Psychological*

well-being pada lansia didapatkan 5 lansia mengatakan merasa kecewa dengan beberapa hal yang sudah dicapai, 6 lansia mengatakan bahwa menjalani kehidupan dan kurang memikirkan masa depan.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh tentang hubungan *psychological well being* dengan kesepian pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.

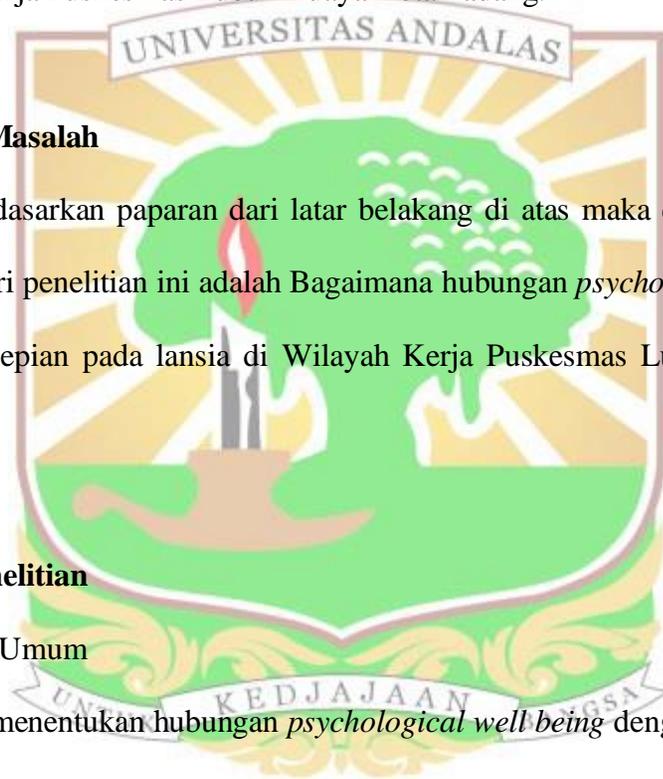
B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan dari latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini adalah Bagaimana hubungan *psychological well being* dengan kesepian pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menentukan hubungan *psychological well being* dengan kesepian pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.



2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi rerata skor *psychological well being* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.
- b. Untuk mengidentifikasi rerata skor kesepian pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.
- c. Untuk mengidentifikasi hubungan, arah dan kekuatan hubungan *psychological well being* dengan kesepian pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Diharapkan hasil penelitian ini bisa di jadikan sebagai informasi dan menambah pengetahuan dalam mencegah terjadinya kesepian.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Data dan hasil yang bisa di jadikan sumber informasi atas hasil penelitian dan masukan untuk mengetahui hubungan *psychological well being* dengan kesepian pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota padang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat bagi peneliti selanjutnya adalah penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai hubungan *psychological well being* terhadap kesepian.