

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia dikatakan sebagai tahap akhir pada daur kehidupan manusia. Menurut Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan, yang dimaksud dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. WHO (*World Health Organization*) (2020) menjelaskan bahwa batasan umur lansia meliputi usia pertengahan (*middle age*) antara usia 45 hingga 59 tahun, lanjut usia (*elderly*) usia 60 hingga 74 tahun, lanjut usia (*old*) usia 75 hingga 90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) yaitu usia diatas 90 tahun. Sedangkan menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) pengelompokkan lanjut usia dibagi menjadi pra-usia lanjut (45 – 59 tahun), usia lanjut (60 – 69 tahun), dan usia lanjut dengan resiko tinggi (lebih dari 70 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan).

Populasi lansia di dunia dari tahun ke tahun semakin meningkat. Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) mengungkapkan bahwa antara tahun 2021 dan 2050, jumlah penduduk lansia secara global diproyeksikan meningkat dari kurang dari 10% menjadi sekitar 17%. Berdasarkan data Perserikatan Bangsa-bangsa (PBB) tentang *World Population Ageing* pada tahun 2020 total keseluruhan jumlah lansia di atas 60 tahun di seluruh dunia mencapai 727 juta jiwa di tahun 2020, atau hampir 10 persen dari total penghuni bumi. (Geriatri, 2022). Di Indonesia, penduduk yang berusia lanjut persentasenya pun meningkat, berdasarkan data Badan Pusat Statistik persentase penduduk lansia di Indonesia mencapai 11,75% pada 2023. Angka tersebut tercatat naik 1,27% dibandingkan dengan data penduduk lansia tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. (BPS, 2023). Angka ini menggambarkan setidaknya setiap

penduduk yang lahir di tahun 2022 berharap akan dapat hidup hingga berusia 71 s.d. 72 tahun. (Sari, 2023).

Data Badan Pusat Statistik 2022 menyebutkan bahwa provinsi Sumatera Barat berada pada urutan ke-6 lansia terbanyak dengan persentase lansia sebesar 10,79 %. Jumlah penduduk yang berada di Sumatera Barat tercatat sebesar 5.640.629 jiwa dan 11,6% diantaranya adalah penduduk berusia tua (>60 tahun). Badan Pusat Statistik 2023 menyebutkan bahwa proporsi lanjut usia di Kota Pariaman berada pada urutan ke-10 yaitu sebesar 10,41 %. Sedangkan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak tahun 2023 mencatat bahwa proporsi lanjut usia yang ada di Kota Pariaman yaitu sebesar 10,06 %. Data dari Dinas Kesehatan Kota Pariaman tahun 2023 tercatat bahwa lansia yang berumur diatas 60 tahun sebanyak 13.956 jiwa. Dalam data Puskesmas Air Santok yang terletak di kecamatan Pariaman Timur tahun 2023 didapatkan bahwa Puskesmas Air Santok merupakan puskesmas dengan lansia terbanyak pada urutan ke-7 dari puskesmas yang ada di Kota Pariaman yaitu berjumlah 2.329 jiwa yang meningkat dari tahun sebelumnya.

Peningkatan jumlah lansia menimbulkan masalah terutama dari segi kesehatan dan kesejahteraan lansia. Tanpa penanganan yang tepat, masalah-masalah tersebut dapat berkembang menjadi permasalahan yang lebih kompleks. Salah satu latar belakang dari masalah ini adalah keinginan untuk hidup mandiri. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020, terdapat 9,38% lansia di Indonesia yang tinggal sendiri di rumah. Sedangkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Pariaman tahun 2020, terdapat 8,81% lansia di Kota Pariaman yang tinggal sendirian di rumah. Ini berarti sekitar 5.800 lansia dari total 66.000 lansia di Kota Pariaman. Keinginan lansia hidup mandiri atau tinggal sendiri ini dipengaruhi oleh perasaan positif yang dimilikinya. Perasaan positif ini dapat seperti perasaan

bebas ataupun perasaan kemandirian yang dirasakannya. Hal ini seperti yang disampaikan oleh Subekti, (2017) dalam penelitiannya yaitu lansia yang tinggal sendiri merasa bisa hidup bebas tinggal sendiri di rumah tanpa ada yang melarang melakukan apapun, kebebasan seperti ini tidak akan lansia dapatkan bilamana masih tinggal bersama anak-anaknya.

Alasan lain yang memengaruhi lansia tinggal sendiri adalah karna merasa membebani keluarga karena kehadiran mereka. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian Waree, (2016) yang mengungkapkan bahwa lansia memiliki anggapan bahwa kehadiran mereka akan merepotkan dan membebani anak-anak. Selain itu pernyataan ini juga didukung oleh Purnama, et al. (2018) yang mengungkapkan bahwa lansia cenderung memilih tinggal sendiri karena mereka merasa menjadi beban bagi keluarga, terutama dalam hal ekonomi dan perawatan.

Kondisi ekonomi yang memengaruhi alasan lansia memilih tinggal sendiri yaitu karena biaya hidup yang tinggi dan keterbatasan finansial. Pernyataan ini sesuai dengan Suharto, (2015) dalam bukunya mengungkapkan bahwa salah satu faktor penting yang mendorong lansia untuk tinggal terpisah dari keluarga adalah kondisi ekonomi yang buruk dan ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Astuti & Wulandari, (2018) menambahkan bahwa lansia yang mengalami kesulitan finansial cenderung memilih untuk tinggal sendiri atau di panti jompo daripada tinggal bersama keluarga karena mereka tidak ingin menjadi beban bagi keluarga mereka. Menurut Raharjo, (2018) tingginya biaya hidup dan rendahnya pendapatan menjadi pertimbangan utama bagi lansia dalam memutuskan untuk tinggal sendiri atau bersama keluarga. Mereka cenderung memilih tinggal sendiri atau di panti jompo agar tidak menjadi beban bagi keluarga.

Dampak dari pilihan lansia untuk tinggal sendiri yaitu adanya perasaan kesepian. **Perlman dan Peplau (1981) dalam Handayani, (2017)** mendefinisikan kesepian lansia sebagai perasaan tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain. Pengalaman kesepian dapat membuat lansia mengalami keadaan susah, sedih, distres walaupun hal tersebut ditunjukkan sebagai bentuk pengalaman hidup yang unik dari masing-masing lansia. Salah satu riset terbaru yang dilakukan oleh *National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine* (NASEM) di tahun 2021 menyebutkan bahwa Indonesia menempati peringkat ke-10 negara dengan tingkat kesepian lansia tertinggi di dunia. Penelitian tersebut menemukan bahwa sekitar 29% lansia di Indonesia merasa kesepian. Sedangkan Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pusat Penelitian dan Pengembangan Gizi dan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, tingkat kesepian lansia di Sumatera Barat adalah 27,4% dan di Kota Pariaman sebesar 25,5%. Tingkat kesepian lansia di Sumatera Barat berada di bawah rata-rata nasional, yang sebesar 29%.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia antara lain perubahan pernikahan, perceraian, isu-isu sosial dari masyarakat, kekosongan, kesedihan, dan pengalaman traumatik. Kehilangan pasangan merupakan salah satu peristiwa yang paling sulit dihadapi oleh lansia. Hal ini dapat menyebabkan kesepian, kesedihan, dan depresi. Penelitian Bartoszek, (2018) mengatakan bahwa kesepian setelah kehilangan pasangan, sering membatasi aktivitas dan efisiensi. Sessiani (2018) mengungkapkan bahwa esensi dari kesepian adalah kondisi di mana seseorang merasa kehilangan ciri penting dalam hubungan sosialnya. Ciri penting yang dimaksud adalah kedekatan dengan pasangan hidup yang terenggut oleh kematian. Maryam (2017) mengemukakan bahwa dalam menanggapi kematian pasangan hidup lansia bereaksi menciptakan sebuah pandangan positif bahwa semua akan

kembali kepada yang maha kuasa. Hal ini disebut dengan *positive reappraisal* (memberi penilaian positif) yaitu reaksi yang menciptakan makna positif yang bertujuan untuk mengembangkan diri termasuk melibatkan diri dalam hal-hal yang religious.

Kesepian pada lansia juga dapat dirasakan ketika lansia berpindah tempat tinggal di lingkungan yang baru dan kurangnya dukungan sosial dari anggota keluarga atau lingkungan sekitar. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Arun, (2019) yaitu kesepian pada lansia sering terjadi akibat perpindahan ke lingkungan yang asing dan kurangnya interaksi dengan anggota keluarga atau teman-teman yang dekat. Satria & Wibowo, (2022) menunjukkan bahwa kurangnya interaksi sosial dengan lansia merupakan hal yang sangat menyakitkan pada lansia sehingga perlu dukungan bagi lansia untuk bisa mengatasi kesepian sendiri ataupun *support* dari orang lain terutama keluarga. Dragomir, (2020) menambahkan bahwa kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar, terutama setelah perpindahan ke tempat tinggal baru, dapat memicu perasaan kesepian pada lansia.

Dukungan sosial dari keluarga dan orang sekitar dapat memengaruhi kesehatan dan kesejahteraan pada lansia. Lansia yang tinggal sendiri lebih rentan mengalami kesepian dari pada lansia yang tinggal bersama keluarga atau teman. Hal ini sesuai dengan pernyataan Lim & Kua, (2011) dalam Sihab, (2021) yang menyebutkan bahwa bahwa lansia yang tinggal sendiri lebih berisiko mengalami depresi dan penurunan kesejahteraan mental dibandingkan dengan lansia yang tinggal bersama orang lain. Hal ini disebabkan oleh kesepian yang dialami oleh lansia yang tinggal sendiri, yang dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental. Kesepian dapat membuat lansia merasa terisolasi, tidak berharga, dan tidak didukung, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Satria & Wibowo, (2022) didapatkan bahwa pemahaman kesepian dari setiap individu berbeda-beda tergantung dari kondisi pengalaman di kehidupan yang dialami lansia, ada yang mampu mengatasi terhadap kesepian dan ada yang tidak. Salah satu hal yang mendukung mengatasi kesepian pada lansia yang tinggal di rumah adalah adanya perubahan pada aspek spiritual. Hal ini dapat terjadi karena lansia yang tinggal di rumah memiliki banyak waktu untuk merenungkan kehidupannya. Mereka dapat mulai memikirkan tentang makna hidup, tujuan hidup, dan nilai-nilai yang mereka pegang teguh. Aristawati et al., (2015) menunjukkan bahwa pada aspek spiritual terjadi peningkatan dalam agama dan kepercayaan yang terintegrasi dalam kehidupannya dimana lansia semakin *mature* dalam kehidupan keagamaannya. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sihab, (2021) yang menyatakan bahwa adanya strategi *coping* yang sering digunakan oleh para lansia, yaitu reinterpretasi positif serta kembali ke ajaran agama. Dalam bahasa keseharian, reinterpretasi positif dikenali dengan mengambil hikmah dari setiap masalah yang dihadapi. Kembali ke ajaran agama artinya mengembalikan setiap masalah pada ajaran agama, sehingga perlu dihadapi dengan memperbanyak beribadah dan berdoa.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Desember 2023 dengan mewawancarai Kepala Puskesmas Air Santok Ibu Isneli Warni, S.K.M., didapatkan gambaran secara umum bagaimana kondisi lansia di daerah tersebut dan program seperti apa yang telah dilakukan untuk lansia. Puskesmas Air Santok sebagai salah satu puskesmas integrasi layanan primer percontohan memiliki pelayanan khusus terhadap lansia. Selain itu, Puskesmas Air Santok juga memiliki beberapa kegiatan untuk lansia seperti pemeriksaan kesehatan, senam lansia, penyuluhan kesehatan, dan juga kunjungan lansia. Semua kegiatan telah terlaksana dengan baik dan cukup optimal.

Survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari 2024 terhadap 3 orang lansia di wilayah kerja puskesmas Air Santok saat ditanya tentang pengalaman lansia tersebut hidup sendiri, 1 orang menyatakan bahwa alasan mereka untuk hidup sendiri adalah karena kematian pasangan dan tidak ada anak-anak yang tinggal bersama mereka di rumah, sedangkan 2 orang lainnya menyatakan alasannya hidup sendiri adalah pensiunan pegawai negeri sipil dan ditinggal oleh anak mereka merantau untuk bekerja. Disamping itu penulis juga menanyakan tentang bagaimana perasaan lansia tinggal sendiri di rumah, mereka mengatakan merasa takut, diabaikan dan merasa sedih serta merasa tidak nyaman saat tinggal sendiri. Dari 2 orang yang diwawancarai mereka mengatakan bahwa kekhawatiran dan ketakutan mereka ketika hidup sendiri adalah ketakutan yang dirasakan ketika malam hari dan 1 orang lainnya mengatakan ketakutan yang dirasakan disebabkan oleh ketakutan akan penyakit. Selain itu, ketiga lansia tersebut memberikan pernyataan berulang bahwa mereka merasakan kesepian karena tidak ada anggota keluarga yang tinggal bersama mereka. Ketika ditanyai mengenai bagaimana cara mengatasi kesepian yang dirasakan, salah satu dari orang yang diwawancarai mengatakan dengan menulis dan membuat buku, sedangkan 2 orang lainnya mengatakan dengan melakukan kegiatan keagamaan seperti sholat ke masjid dan terkadang menelpon anak mereka yang tinggal di rantau.

Berdasarkan hasil survei, didapatkan bahwa kesepian merupakan masalah yang serius yang dapat dialami oleh lansia. Pemerintah dan masyarakat perlu bekerja sama untuk mengatasi masalah ini, antara lain dengan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kesejahteraan lansia, mendorong lansia untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan sosial, menyediakan layanan perawatan lansia yang terjangkau. Selain itu, perlu juga dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mendapatkan pemahaman yang lebih

mendalam tentang kesepian pada lansia. Penting untuk menyelidiki dan memahami pengalaman kesepian lansia yang tinggal di rumah untuk memandu rancangan program yang tepat. Oleh karena itu, penelitian ini akan menyelidiki bagaimana lansia yang tinggal di rumah merasakan kesepian, apa yang mereka lakukan, aspek perubahan apa saja yang dialami lansia, dan bagaimana cara lansia tersebut menyikapinya. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengalaman Kesepian pada Lansia yang Tinggal Sendiri di Rumah di Wilayah Kerja Puskesmas Air Santok”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal sendiri rumah di wilayah kerja Puskesmas Air Santok tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal sendiri di rumah pada wilayah kerja Puskesmas Air Santok tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan bermanfaat untuk:

1. Bagi Peneliti

Dapat memberikan pengalaman penelitian kualitatif, khususnya di bidang keperawatan yang berkaitan dengan pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal di rumah.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam rangka meningkatkan kepedulian pelayanan kesehatan khususnya bidang keperawatan dalam mengeksplorasi lebih dalam lagi pengalaman kesepian lansia, melalui pengembangan bentuk intervensi yang sesuai, termasuk perencanaan atau pengembangan program bimbingan antisipasi dan pemberdayaan lansia.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi baru kepada mahasiswa yang dimasukkan kedalam acuan literatur mata ajar sehingga dapat digunakan sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang keperawatan yang terkait pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal sendiri di rumah.

