

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

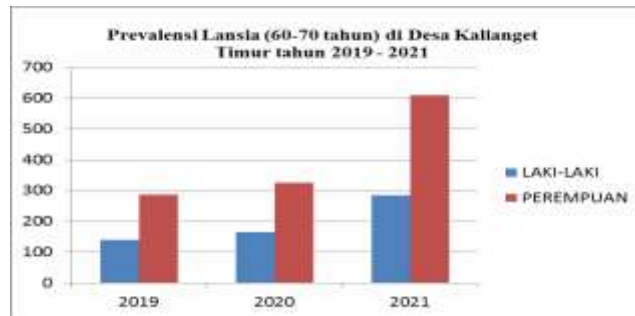
Masa tua merupakan masa paling akhir dari siklus kehidupan manusia, dalam masa ini akan terjadi suatu proses yang disebut *aging process* atau proses penuaan. *Aging process* atau proses penuaan merupakan suatu proses yang dinamis sebagai akibat dari perubahan-perubahan sel, fisiologis, dan psikologis. Pada usia tua seseorang akan mengalami beberapa masalah kesehatan. Salah satu masalah psikologis yang sering terjadi pada lansia yaitu kesepian (Fitriana, 2021).

Kesepian merupakan salah satu masalah psikologis yang menjadi momok menakutkan sampai saat ini terhadap masyarakat desa, khususnya pada masyarakat yang berusia lanjut (lansia). Sebagian orang menganggap kesepian merupakan hal yang bisa diterima secara normal, namun bagi sebagian orang kesepian bisa menjadi sebuah kesedihan yang mendalam. Kesepian adalah emosi negatif yang muncul karena adanya kesenjangan hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan yang ada, baik secara kualitas maupun kuantitas. Kesepian merupakan perasaan terasing (terisolasi atau kesepian) yaitu perasaan tersisihkan, terpencil dari orang lain, karena merasa berbeda dengan orang lain, tersisih dari kelompoknya, merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya, terisolasi dari lingkungan serta tidak ada seseorang tempat berbagi rasa dan pengalaman (Fitriana, 2021).

Berdasarkan *national council on aging and older people* melaporkan bahwa prevalensi lansia di Amerika yang mengalami kesepian menunjukkan angka yang cukup tinggi sebanyak 62% lansia. Persentase lansia di Indonesia sendiri yang mengalami kesepian ringan sebanyak 69%, kesepian sedang 11%, kesepian berat 2%, dan sisanya sebanyak 16% tidak mengalami kesepian menurut Kemenkes (2013) dalam (Damayanti, 2013).

Data Susenas periode 2016 menyebutkan, data lanjut usia yang berada di Indonesia berkisar 22,4 juta jiwa atau 8,69% dari jumlah penduduk. Sedangkan menurut proyeksi BPS tahun 2015, pada tahun 2018 jumlah lanjut usia kurang lebih 9,3% atau 24,7 juta jiwa. Data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur 2017, penduduk lansia telah mencapai 12,92% yang menandakan bahwa struktur penduduk Jawa Timur tergolong tua. Sedangkan di Kabupaten Sumenep, menurut Badan Pusat Statistik Sumenep angka warga di Kabupaten Sumenep pada tahun 2017 sekitar 1.123.310 jiwa dimana jumlah laki-laki 548.441 jiwa (48,82%) dan perempuan 574.869 jiwa (51,18%) (BPS, 2017).

Berdasarkan riset dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep, Prevalensi lansia (60-69 tahun) diseluruh Kabupaten Sumenep pada tahun 2021 berjumlah 172.138 lansia, dengan jumlah laki-laki 73.792 dan perempuan 98.346.



Gambar 1.1 Prevalensi Lansia (60-70 tahun) di Desa Kalianget Timur tahun 2019-2021.

Berdasarkan data dari Puskesmas Kalianget, prevalensi lansia (60-70 tahun) di Desa Kalianget Timur mengalami peningkatan. Pada tahun 2019 berjumlah 425 lansia, dengan jumlah lansia laki-laki 139 dan perempuan 286. Pada tahun 2020 berjumlah 488 lansia, dengan jumlah lansia laki-laki 164 dan perempuan 324. Pada tahun 2021 berjumlah 894 lansia, dengan jumlah lansia laki-laki 285 dan perempuan 609.

Hasil studi pendahuluan di posyandu lansia di Desa Kalianget Timur pada 13 Januari 2022 kepada 10 lansia (60-70 tahun). Didapatkan hasil bahwa salah satu dari 7 (70%) lansia mengatakan bahwa ia sering menangis sendirian di rumah karena ditinggal oleh suaminya sejak 2 tahun yang lalu. Ia juga merasa terasing dilingkungannya meskipun tinggal bersama anaknya. Ia juga merasa tidak memiliki teman untuk berbagi masalah, ketika mengalami kesulitan ekonomi, bahkan ia tidak tahu harus meminta bantuan kepada siapa. Hal tersebut membuat ia menarik diri dan merasa kesepian, sedangkan 3 (30%) lansia mengatakan bahwa ia hidup

bahagia bersama suami dan anaknya, ia juga memiliki banyak teman untuk berbagi masalah sehingga ia tidak merasa kesepian.

Kesepian dapat terjadi karena 3 faktor, yaitu : faktor psikologis, faktor kebudayaan dan situasional, serta faktor spiritual. Faktor psikologis terdiri dari kesepian eksistensial, pengalaman traumatic, kurang dukungan dari lingkungan , krisis dalam diri dan kegagalan, kurangnya percaya diri, kepribadian yang pemalu, ketakutan menanggung resiko sosial, dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Faktor kebudayaan terdiri dari perubahan tata cara hidup dan kultur budaya dalam keluarga. Faktor situasional terdiri dari takut dikenal orang lain, nilai-nilai yang berlaku pada lingkungan sosial, kehidupan diluar rumah, kehidupan didalam rumah, perubahan pola-pola dalam keluarga, pindah tempat, terlalu besarnya suatu organisasi. Sedangkan faktor spiritual terdiri dari solat, murottal, dzikir. Kesepian dapat dialami oleh lansia karena terkait dengan *psychological well-being*. Jika *psychological well-being* seseorang terganggu maka tidak menuntut kemungkinan terjadinya perasaan kesepian.

Psychological well-being didefinisikan sebagai hasil dari evaluasi yang dilakukan seseorang terhadap hidupnya, baik evaluasi secara kognitif maupun evaluasi secara emosi. Evaluasi secara kognitif adalah suatu bentuk kepuasan dalam hidup, sedangkan evaluasi emosi yaitu berupa *affect* atau perasaan senang (Festi, 2018). Individu dapat dikatakan sejahtera ketika individu tersebut dapat menerima kehidupan sekarang, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan, mampu menentukan arah dan tujuan hidup serta

merasakan arti dalam hidup pada masa kini dan masa lalu, kemampuan untuk mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang terus secara berkelanjutan, serta mampu memiliki dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik diri individu (Wikanestri, 2015).

Terdapat banyak faktor yang bisa mempengaruhi terjadinya *psychological well-being* pada lansia. Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah usia, jenis kelamin, budaya, dukungan sosial, *locus of control*, dan evaluasi terhadap pengalaman hidup, yang dimana jika faktor dari budaya, dukungan sosial, dan *locus of control* terganggu yang akan menyebabkan kesejahteraan psikologis seseorang terganggu juga, maka perasaan kesepian akan muncul dikarenakan faktor penyebab dari kesejahteraan psikologis terganggu (Ramadhani, 2016).

Untuk mengatasi masalah kesepian yang terjadi pada lansia, diharapkan lansia dapat menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri, membangun hubungan positif dengan orang lain, mempunyai tujuan hidup, mampu menguasai lingkungan, mampu mengembangkan diri, dan mengatur kegiatan dan aktivitas fisik yang ingin dilakukan agar status mental maupun emosionalnya tetap terjaga atau stabil, tidak merasa kesepian lagi dan masa tuanya bisa dijalani dengan baik hingga akhir hidupnya, karena *psychological well-being* yang baik akan terhindar dari perasaan kesepian. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan *Psychological Well-Being* dengan Kesepian pada Lansia Di Desa Kalianget Timur.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan *psychological well-being* dengan kesepian pada lansia di Desa Kalianget Timur ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *psychological well-being* dengan kesepian pada lansia di Desa Kalianget Timur.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di Desa Kalianget Timur.
2. Mengidentifikasi *psychological well-being* pada lansia yang tinggal di Desa Kalianget Timur.
3. Menganalisis hubungan antara *psychological well-being* dengan kesepian pada lansia yang tinggal di Desa Kalianget Timur.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dan memberikan informasi tentang *psychological well-being* dan kesepian, sehingga dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan gerontik.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi penambah referensi untuk meningkatkan sumber ilmu pengetahuan dan

juga wawasan peneliti tentang kesepian dan cara mengurangi dampak yang ditimbulkan dari kesepian.

2. Bagi Instansi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dokumentasi dan literatur untuk pihak instansi apabila ada penelitian serupa dengan penelitian ini.

3. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dalam menyusun program dan pembinaan lansia sehingga tidak mengalami kesepian.

4. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai penambah wawasan bagi masyarakat mengenai tingkat kesepian dan cara mengurangi dampak yang ditimbulkan dari kesepian.

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa menjadi sumber referensi sebagai rujukan dan acuan bagi peneliti lain apabila ingin melakukan penelitian selanjutnya tentang hubungan *Psychological Well-Being* dengan kesepian pada lansia.