

KESEPIAN PADA LANJUT USIA DI PANTI WERDHA

Dwi Anastasia¹, Mastang Ambo Baba²

Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Manado^{1,2}

dwianastasia@iain-manado.ac.id¹, Mastang.baba@iain-manado.ac.id²

ABSTRACT

This research aims to determine the picture of loneliness experienced by elderly people in nursing homes in Manado City. This research uses a qualitative research method with a phenomenological study approach. The technique for selecting subjects or samples in this research was obtained using a purposive sampling technique. Data collection methods were obtained by conducting interviews, observation and documentation. The main research informants were 3 elderly people with the research criteria being elderly aged 60 or 65 years and over or up to 90 years old, far from family, lost a partner, divorced or passed away, and isolated from social interactions, while the research supporting informants were caregivers and staff. Based on research results, elderly people experience loneliness as seen from 3 aspects of loneliness according to Russell, namely trait loneliness, social desire loneliness, and depressive loneliness. The description of loneliness in elderly people in nursing homes is due to lack of trust and avoidant behavior affecting the quality of relationships that exist after being in their new environment and feelings of sadness and depression are responses that occur in elderly people who experience loneliness. Losing a life partner or being separated and far from the family affects how the elderly live their new life without intimacy and attachment to the person closest to them.

Keywords: *Elderly, Loneliness, and Nursing Home*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesepian yang dialami lanjut usia di Panti Werdha Kota Manado. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi. Teknik pengambilan subjek atau sampel dalam penelitian ini diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Metode pengambilan data diperoleh dengan melakukan wawancara dan observasi serta dokumentasi. Informan utama penelitian adalah 3 orang lansia dengan kriteria penelitian adalah lansia berusia 60 atau 65 tahun ke atas atau sampai 90 tahun, jauh dari keluarga, kehilangan pasangan cerai atau mati, dan terisolasi dari hubungan pertemanannya sedangkan informan pendukung penelitian adalah pengasuh dan staf Panti. Berdasarkan hasil penelitian lansia mengalami kesepian yang terlihat dari 3 aspek kesepian oleh Russel yaitu *trait loneliness, social desirability loneliness dan depression loneliness*. Gambaran kesepian pada Lanjut Usia di Panti Werdha karena kurangnya kepercayaan dan perilaku menghindar berpengaruh pada kualitas hubungan yang dijalani setelah berada di lingkungan barunya serta dihindangi perasaan sedih, murung merupakan respon yang terjadi pada lansia yang mengalami kesepian. Kehilangan pasangan hidup atau berpisah dan jauh dari keluarga berpengaruh pada bagaimana lansia menjalani kehidupan barunya tanpa keintiman dan kelekatan dengan figur terdekat mereka.

Kata Kunci: Lansia, Kesepian, dan Panti Werdha

PENDAHULUAN

Lansia atau orang yang lanjut usia adalah salah satu tahapan dalam perkembangan manusia. Manusia akan melewati berbagai tahapan perkembangan hingga memasuki fase usia lanjut. Menurut *World Mental Health (WHO)*, lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Sunaryo menjelaskan bahwa lansia atau orang yang lanjut usia adalah kelompok usia pada manusia yang telah berada pada tahapan akhir dari bagian kehidupannya yang kemudian akan mengalami proses yang disebut proses menua. Proses menua atau menjadi tua adalah bagian alami dari kehidupan yang akan dirasakan oleh semua orang yang hidup cukup lama. Proses cepat atau lambatnya tersebut bergantung pada masing-masing individu (Sunaryo et al., 2016). Masa inilah lanjut usia rentan mengalami berbagai macam perubahan baik secara fisik maupun psikologis yang dipengaruhi oleh penurunan fungsi tubuh pada orang yang lanjut usia seiring berjalannya waktu.

Laura menjelaskan bahwa permasalahan yang rentan terjadi pada orang yang lanjut usia menimbulkan beragam permasalahan baik dari segi kesehatan fisik, sosial, ekonomi maupun masalah psikologis. Berbagai masalah di atas pun saling berpengaruh, masalah psikologis juga menjadi poin penting yang rentan terjadi bagi para lanjut usia. Masalah psikologis yang dialami para lanjut usia pada umumnya yaitu; kesepian, keterasingan dari lingkungannya, berkurangnya kontak sosial, merasa tidak berdaya, perasaan tidak berguna, dan lain sebagainya namun masalah yang paling sering terjadi pada lanjut usia adalah masalah psikologis pada kesepian lanjut usia (Ginting, 2019).

Kesepian merupakan perasaan merasa ditinggalkan dan jauh dari orang-orang terdekat. Kesepian berhubungan dengan emosional setiap manusia termasuk juga dengan para lanjut usia yang menjalani kehidupan sehari-harinya. Pengalaman subyektif seseorang yang melibatkan perasaan kehilangan dan isolasi yang ditunjukkan dengan adanya kesenjangan antara sesuatu yang diinginkan dengan sesuatu yang dirasakan individu dalam hubungan personalnya (Andromeda et al., 2017).

Aldila menjelaskan bahwa tingkat kesepian yang dirasakan pada lansia berada dalam kategori tinggi dimana banyaknya lansia yang merasa kesepian dikala sendiri disaat keluarga, kerabat dan teman dekat tidak bersama mereka sehingga lansia merasa ditinggalkan dan diacuhkan. Kesibukan pihak keluarga yang terjadi seringkali mengakibatkan adanya pengabaian terhadap kondisi lansia. Pihak keluarga yang telah berkeluarga merasa tidak mampu lagi untuk memenuhi kebutuhan dari lanjut usia membuat mereka menitipkan anggota keluarga yang sudah lanjut usia ke Panti Werdha (Aldila, 2019).

Panti Werdha adalah salah satu lembaga yang menyediakan fasilitas penunjang yang diperuntukkan khusus bagi para lanjut usia. Komang Risa menjelaskan bahwa Pemerintah mendirikan berbagai lembaga sosial yang bertujuan untuk membantu dan melayani masyarakat. Lembaga sosial tersebut meliputi lembaga pendidikan, lembaga keagamaan, lembaga hukum, dan lembaga sosial yaitu Panti Werdha (Dewi, 2022).

Berdasarkan keterangan dari salah satu lansia di Panti Werdha, aktivitas yang dilakukan lansia di wisma yang sama setiap harinya membuat mereka merasa hanya sekedar mendapat tempat tinggal yang layak, makan dan minum yang terpenuhi, yang secara fisiologis telah terpenuhi, namun untuk kebutuhan sosial dan emosional mereka belum secara benar terpenuhi. Seringkali aktivitas duduk berdiam diri di teras atau sekedar bercakap-cakap dengan lansia lainnya membuat mereka merasa senang dan merasa tidak kesepian lagi walaupun dalam waktu yang sementara. Meskipun begitu, para lansia masih sering mengingat keluarga mereka yang jauh, percakapan-percakapan tentang keluarga, suami/istri, anak, cucu mereka masih menjadi topik pembicaraan yang selalu diulang-ulang.

Pada penjelasan di atas dan hasil survei awal yang dilakukan maka peneliti mencoba melakukan penelitian yang berjudul "Kesepian Pada Lanjut Usia di Panti Werdha". Dimana tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran kesepian yang dialami para lanjut usia yang berada di Panti Werdha. Pertimbangan peneliti yang dimaksud adalah lansia yang berada di Panti Werdha dan jauh dari keluarga, suami/istri, dan anak, kehilangan pasangan

cerai/mati, dan perasaan terisolasi dengan lingkungannya.

Dalam hal ini kesepian yang diteliti diuraikan dalam 3 aspek berdasarkan teori oleh Russel yaitu *trait loneliness*, *social desirability loneliness*, dan *depression loneliness*.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif, dengan model pendekatan studi fenomenologi. Penelitian kualitatif melibatkan pengamatan terhadap orang-orang di lingkungannya, berinteraksi dengan mereka, menafsirkan pendapat mereka tentang dunia di sekitar mereka (Nasution, 2003) Studi fenomenologi kesepian pada lanjut usia akan fokus pada pemahaman mendalam tentang pengalaman kesepian dari perspektif subjektif pada lansia itu sendiri. Metode ini bertujuan untuk menggali pemahaman tentang pengalaman kesepian secara keseluruhan, termasuk bagaimana lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Terlantar “Senja Cerah” mendefinisikan, mengalami, dan memberikan makna terhadap kesepian mereka.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu wawancara, teknik observasi, dan teknik dokumentasi. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan dengan menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Metode wawancara ini menggunakan daftar pertanyaan yang telah disiapkan sebelumnya, tetapi memberikan subjek yaitu para lansia dan pengasuh fleksibilitas untuk menggali topik lebih dalam sesuai dengan tanggapan narasumber. Informan utama penelitian adalah lansia yang mengalami kesepian dan berada di Panti Werdha. Sedangkan informan pendukung dalam penelitian ini adalah para staf panti werdha, dan teman dalam wisma. Teknik observasi dilakukan dengan mencatat secara rinci segala sesuatu yang dilihat, didengar, atau dialami selama proses observasi berlangsung di Panti Werdha. Kemudian mengumpulkan dokumen yang relevan berupa arsip, data diri subjek penelitian dan catatan resmi dari Panti Werdha.

Penelitian ini dilakukan di Panti Werdha Kota Manado. Berdasarkan hasil

survei awal yang dilaksanakan oleh peneliti terdapat 7 lansia yang mengalami kesepian berdasarkan pada pernyataan informan melalui wawancara dan hasil anamnesa dengan ciri-ciri berusia rata-rata 65 tahun sampai 85 tahun, status pernikahan cerai/meninggal, bukan berasal asli dari Manado dan berada di Panti Werdha paling lama 10 tahun dan paling awal baru 3 tahun namun informan utama pada penelitian ini berjumlah 3 orang yang bersedia untuk diteliti dan beberapa lainnya telah dipulangkan atau kembali ke rumah. Serta peneliti mengambil 3 orang informan pendukung yang sesuai observasi peneliti adalah paling sering melakukan interaksi dengan para lansia di setiap wisma.

Tabel 1. Profil Informan Utam dan Informan Pendukung

Profil Informan yang mengalami Kesepian			
Profil Informan Utama			
Nama	RK	BM	LB
Usia	68 Tahun	82 Tahun	85 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Laki-laki	Perempuan
Asal	Gorontalo	Medan	Sangir
Status	Cerai	Meninggal	Cerai
Tahun Masuk	2012	2014	2021
Informan Pendukung			
	Informan Pendukung, N	Penjaga Keamanan	
	Informan Pendukung, O	Penjaga Keamanan	
	Informan Pendukung, R	Staff Balai	

HASIL

Latar Belakang Subjek

Pada penelitian yang telah dilakukan maka untuk pemaparan dan hasil yang lengkap serta jelas mengenai latar belakang informan beserta hal-hal terkait dengan topik penelitian yang dilaksanakan peneliti maka peneliti kemudian melakukan wawancara terkait latar kehidupan informan serta alasan informan berada di Panti Werdha tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan ketiga informan, diketahui bahwa alasan informan berada di Balai Penyantunan Lanjut

Usia Terlantar “Senja Cerah” menurut informan RK dan BM bahwa ia berada di panti adalah keinginannya sendiri, sedangkan LB masuk ke panti atas saran dari salah satu keluarganya. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel 2 berikut :

Tabel 2. Latar Belakang Subjek berada di Panti Werdha

Informan	Latar Belakang Informan berada di Panti Werdha
RK	Saat masa kerja RK berakhir, RK ditawarkan atasannya untuk tinggal di Panti Werdha dan hal tersebut diiyakan RK karena ia ingin hidup menyendiri dan atas kemauannya sendiri. Itulah alasan RK memilih tinggal di Panti Werdha sehingga rumah yang ditempati sebelumnya diberikan kepada anaknya
BM	BM masuk ke Panti Werdha adalah atas keinginan dirinya sendiri. RK mengatakan bahwa ia sudah capek kesana-kemari merantau di kota orang dan ini saatnya ia beristirahat dari perjalanan panjangnya semasa muda.
LB	Melihat tempat tinggal LB yang dirasa tidak layak lagi karna hanya berbentuk seperti rumah sabuah, maka ponakannya meminta tolong kepada teman-temannya untuk dapat membantu LB mendapat tempat tinggal yang layak. Hingga akhirnya ditawarkan LB untuk ke Panti Werdha. Awalnya LB menolak untuk tinggal di Panti Werdha karna ia merasa tempat tinggalnya masih bisa ia tempati namun akhirnya ia memilih untuk pindah ke Panti Werdha.

Dalam situasi tersebut, ketiga informan mulai merasakan bagaimana berada dalam lingkungan barunya dengan jauh dari keluarga mereka serta terputusnya jalinan hubungan pertemanan yang ada sebelumnya yang kemudian berpengaruh pada perasaan kesepian mereka.

Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha

Dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kesepian yang dialami oleh lansia yang berada di Panti Werdha yaitu pada subjek RK, BM, dan LB diuraikan dalam beberapa aspek-aspek kesepian. Pertama, *trait loneliness* yaitu seseorang yang mengalami kesepian karena disebabkan kepribadian mereka yang memiliki kepercayaan yang kurang dan ketakutan akan orang asing. Berdasarkan hasil wawancara ketiga informan tersebut, informan RK, informan LB dan informan BM mengaku mempunyai kepribadian yang suka bergaul namun

kepribadian yang mereka tampilkan selama di wisma menunjukkan kehati-hatian dan masih kurang percaya terhadap lingkungan mereka sehingga menimbulkan perilaku menghindar. Hal ini membuat mereka terisolasi dengan hubungan pertemanannya yang dijalannya dengan terbatas hanya satu atau dua orang saja atau bahkan tidak sama sekali.

Kedua, *social desirability loneliness* yaitu kesepian karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya. Berdasarkan hasil wawancara ketiga informan tersebut, informan BM, informan LB dan informan RK dalam kehidupan sosial di lingkungan barunya tidak berdasarkan dan sesuai dengan apa yang diinginkan dari masing-masing informan baik informan BM, informan LB dan informan RK. Maka informan RK ingin memiliki hubungan pertemanan yang baik saja tanpa omongan-omongan yang tidak jelas, sedangkan BM ingin memiliki hubungan pertemanan yang saling menghargai antar sesama. Hal yang sama juga diinginkan LB yang menginginkan hubungan sosial yang saling menghormati namun melalui hasil wawancara dari ketiga informan, mereka merasa masih kurang puas dan belum sesuai dengan hubungan sosial yang diinginkannya. Mereka masih harus lebih berhati-hati terhadap hubungan pertemanan yang dijalani dan menghindari konflik antar sesama penghuni wisma. Ruang lingkup pertemanan dari ketiga informan tersebut pun hanya terbatas satu sampai dua orang saja.

Ketiga, *depression loneliness* yaitu kesepian karena terganggunya perasaan seseorang seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, perasaan tidak berdaya dan putus asa. Berdasarkan hasil wawancara maka perasaan sedih masih dirasakan ketiga informan tersebut. BM mengaku masih sering merasa sedih ketika mengingat masa lalu, mengingat cuman sendiri disini, dan jauh dari keluarga. Hal yang sama juga dirasakan RK dan LB bahwa seringkali merasa sedih mengingat anak dan ponakan-ponakannya dan jarang berkunjung ke wisma namun mereka tidak ingin berlarut-larut dalam perasaan sedih tersebut sehingga mereka memilih untuk melakukan aktivitas seperti membaca buku, mendengarkan radio atau aktivitas lain yang biasa dilakukan agar tidak diliputi dengan perasaan

sedih. Meski begitu apa yang dirasakan mereka itu tak ingin diketahui oleh orang lain karena bagi mereka itu hanya cukup mereka saja yang rasakan. LB mengatakan dia akan memilih ,menyimpan sendiri apa yang dia rasakan. Hal itu dilakukan agar menghindari pembicaraan dari orang lain yang tak berdasarkan dan sesuai atas apa yang terjadi yang akhirnya masalah yang kecil bisa menjadi besar hanya karena mulut orang lain. Hal tersebut pun dirasakan RK dan BM karena mengingat mereka hanya sendiri disini jadi apa yang dirasakan menurut mereka hanya bisa disimpan sendiri saja tanpa melibatkan orang lain karena selama disini yang diandalkan mereka hanya diri mereka sendiri.

Dalam penelitian ini, selain aspek-aspek kesepian yang akan diteliti lewat wawancara yang dilakukan apakah informan tersebut tergolong dalam jenis kesepian yang seperti apa dilihat secara emosional dan kehidupan sosial selama ia berada di panti tersebut. Pertama, *emotional loneliness* yaitu kesepian secara emosional timbul dari ketiadaan figur kasih sayang yang lekat dan mendalam yang bisa diberikan oleh orang tua kepada anak mereka atau anak kepada orang tuanya. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, ketiga informan memang secara aspek *emotional loneliness* kehilangan figur kasih sayang yang intim, komunikasi yang terjalin antara anak, suami, maupun keluarga informan juga jarang dan tidak sedekat dulu karena jarak dan tidak tinggal serumah lagi dan bahkan ada yang ditinggalkan seumur hidup. Pemberian kasih sayang juga tak seintens dulu karena saat berada di panti semua yang dilakukan yaitu sendiri.

Kedua, *social loneliness* yaitu kesepian secara sosial kesepian secara sosial terjadi bila orang kehilangan rasa terintegrasi secara sosial atau terintegrasi dalam suatu komunikasi, yang bisa diberikan oleh sekumpulan teman atau rekan kerja. Maka kesepian terjadi kurang lekat dalam menjalin hubungan dengan seseorang, sehingga tidak mempunyai seseorang untuk berbagi. Berdasarkan hasil wawancara dari ketiga informan, informan LB terintegrasi secara komunikasi dengan lingkungan sosialnya, sama halnya dengan RK walaupun tidak sejarang komunikasi yang dijalin LB, tapi RK sesekali masih mengobrol dengan salah satu oma di bawah wisma dan beberapa kali terlibat dalam kegiatan kunjungan dari

instansi luar ke panti. Hal ini pun juga dirasakan BM yang setiap hari kamis dan minggu menjadi pemain keyboard mengiring ibadah.

PEMBAHASAN

Pada umumnya masalah psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia adalah kesepian. Seiring meningkatnya jumlah lansia maka angka kesepian pun semakin besar, diperkirakan 50% lansia kini menderita kesepian. Kesepian merupakan pengalaman subjektif terhadap kondisi emosi, perasaan yang dirasakan seseorang atas ketidaksesuaian antara apa yang diinginkan dan dirasakan pada hubungan personalnya dengan lingkungannya.

Dalam situasi tersebut, ketiga informan mulai merasakan bagaimana berada dalam lingkungan barunya dengan jauh dari keluarga mereka serta terputusnya jalinan hubungan pertemanan yang ada sebelumnya yang kemudian berpengaruh pada perasaan kesepian mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat Aldila bahwa tingkat kesepian yang dirasakan pada lansia juga berada dalam kategori tinggi dimana banyaknya lansia yang merasa kesepian dikala sendiri disaat keluarga, kerabat dan teman dekat tidak bersama mereka sehingga lansia merasa ditinggalkan dan diacuhkan (Aldila, 2019). Sears mengatakan bahwa meskipun informan berada di Panti Werdha namun mereka tetap memerlukan komunikasi yang baik dengan keluarganya. Hubungan dengan teman sebayanya dalam panti pun perlu terjalin dengan baik dan apabila kedua hubungan tersebut tidak berjalan dengan baik maka akan berpengaruh pada perasaan kesepian yang dirasakan (Erfiyanti et al., 2023).

Selain itu aspek *trait loneliness* berupa kurangnya kepercayaan dan perilaku menghindar. Hal tersebut telah jelas dinyatakan oleh informan RK, informan LB, dan informan BM. Penghindaran berpengaruh pada kesepian di lingkungan barunya. Hal ini sejalan dengan pendapat Brehm yang mengatakan bahwa orang yang mengalami loneliness kesulitan untuk menerima orang lain dan tidak mudah percaya (Erfiyanti et al., 2023). Aspek *social desirability loneliness* disebabkan karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada

kehidupan di lingkungannya. Hal tersebut membuat ketiga informan merasa tidak puas terhadap hubungan pertemanan yang terjalin. Kehidupan sosial yang mereka jalani selama di wisma adalah sesuatu yang baru mereka rasakan dan yang bisa mereka lakukan hanyalah dengan bertahan dan mampu untuk setiap harinya walaupun tidak sesuai dengan apa yang diinginkan mereka seperti lingkungan sebelumnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hayati yang menjelaskan bahwa individu yang mengalami hubungan sosial yang terbatas dengan lingkungan sekitarnya lebih berpeluang mengalami kesepian, sementara individu yang mengalami hubungan sosial yang lebih baik tidak terlalu merasa kesepian (Hayati, 2009). Hal ini menunjukkan pentingnya hubungan sosial pada setiap individu untuk mengantisipasi masalah kesepian tersebut. Hubungan yang tidak kuat akan menyebabkan seseorang merasa tidak puas akan hubungan yang dimilikinya. Weiss dalam Triani mengatakan bahwa kesepian tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan atau rangkaian hubungan yang pasti, atau karena tidak tersedianya hubungan yang dibutuhkan oleh individu tersebut (Triani, 2012).

Depression Loneliness karena terganggunya perasaan seseorang seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, perasaan tidak berdaya dan putus asa. Berdasarkan hasil wawancara dari ketiga informan tersebut, perasaan sedih, murung dan tidak bersemangat seringkali datang menghampiri mereka baik informan RK, informan LB, dan informan BM.

Hal ini sejalan dengan pendapat Yulianti dalam Efriyanti bahwa perasaan kesepian yang dirasakan oleh para lansia membuat mereka sering merasa murung, merasa sedih dan kurang bersemangat dalam menjalani hidup. Mereka cenderung menarik diri dari lingkungan sosial yang ada di sekitarnya. Menjalani kehidupan sehari-harinya di wisma dengan apa adanya dan mengikuti alur lingkup yang ada di dalam Panti Werdha (Efriyanti et al., 2023).

Menurut Hardjana, kecemasan juga berdampak terhadap kondisi emosional sehingga seseorang akan mudah gelisah, mood atau suasana hati yang sering

berubah-ubah, mudah/cepat marah, mudah tersinggung dan kecemasan yang berkepanjangan dapat menyebabkan seseorang menjadi cemas dan depresi. Untuk menghindari dampak negatif dari kecemasan tersebut, maka diperlukan adanya suatu pengelolaan kecemasan yang baik (Hawari, 2013). Pristiana menjelaskan bahwa lansia yang mengalami kehilangan pasangan lebih banyak mengalami gangguan depresi seperti gejala kesepian, kesedihan, gangguan mood, dan kehilangan nafsu makan (Priastana, 2018). Menurut Priska jika individu dapat menangani loneliness yang dialami, maka individu cenderung memiliki penilaian yang lebih positif terhadap kehidupannya. Sedangkan individu yang kurang mampu menangani loneliness yang dialami, maka cenderung memiliki penilaian yang negatif terhadap kehidupannya (Owa & Ladapase, 2020). Melalui itu mereka tidak serta merta berlarut-larut dalam perasaan itu. Mereka melakukan aktivitas atau hal-hal yang dapat membuat mereka tidak merasakan perasaan itu terlalu lama seperti mendengar radio, membaca buku atau menjahit. Meski begitu apa yang dirasakan mereka itu tak ingin diketahui oleh orang lain karena bagi mereka itu hanya cukup mereka saja yang rasakan.

Emotional Loneliness timbul dari ketiadaan figur kasih sayang yang intim, Hal ini sejalan dengan pendapat Sihab dan Nurchayati yang mengatakan bahwa ketika mengalami kehilangan, terutama kehilangan pasangan hidup, lansia akan menjalani masa berkabung dan tidak mudah untuk melupakan sosok yang telah menemaninya dalam masa hidupnya itu. Kerinduan akan mereka alami ketika mengingat mengenai kenangan saat bersama yang telah dilalui, sehingga akan menciptakan rasa kehilangan yang mendalam (Sihab & Nurchayati, 2021). Afrizal menambahkan bahwa masalah kematian pasangan hidup merupakan permasalahan yang sangat berat dirasakan oleh para lansia karena mereka sering dihindangi rasa kesepian. Efek dari kesepian akan terjadi perubahan kondisi psikologis dan berdampak pada fisik mereka (Afrizal, 2018). Ketiga informan saat ini sudah kehilangan suami dan memiliki komunikasi yang buruk dengan keluarga sehingga tidak lagi memiliki sumber pemenuhan akan

intimasi dan kelekatan. Tidak terpenuhinya kebutuhan akan intimasi tersebut kemudian memunculkan perasaan loneliness pada lanjut usia.

Social loneliness terjadi bila orang kehilangan rasa terintegrasi secara sosial atau terintegrasi dalam suatu komunikasi, yang bisa diberikan oleh sekumpulan teman atau rekan kerja. Menurut Santrock menjelaskan interaksi sosial berperan penting dalam kehidupan lansia. Hal ini dapat mentoleransi kondisi kesepian yang ada dalam kehidupan sosial lansia (Santrock, 2003). Gunarsa mengungkapkan bahwa individu yang mengalami hubungan sosial yang terbatas dengan lingkungan sekitarnya lebih berpeluang mengalami kesepian, sementara individu yang mengalami hubungan sosial yang lebih baik tidak terlalu merasa kesepian tapi tetap merasakan kesepian dari beberapa faktor lain yang dirasakan. Hal ini menunjukkan pentingnya hubungan sosial pada setiap individu untuk mengantisipasi masalah kesepian tersebut (Hayati, 2009).

PENUTUP

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti akan menguraikan kesimpulan dari penelitian ini. Kesimpulan berisikan penjelasan secara jelas dan ringkas dari hasil penelitian yang dilakukan. Ketiga informan tersebut RK, BM dan LB melalui wawancara yang dilakukan mengalami kesepian yang dijelaskan dan diuraikan dari setiap aspek-aspek kesepian yakni *trait loneliness*, *social desirability loneliness*, dan *depression loneliness*. Gambaran kesepian pada Lanjut Usia di Panti Werdha dapat dilihat dari kurangnya kepercayaan dan perilaku menghindar dari ketiga informan tersebut yang berpengaruh pada kualitas hubungan sosial yang dijalani setelah berada di lingkungan baru bagi informan dan serta terganggunya perasaan mereka seperti dihindangi perasaan sedih, murung merupakan respon yang terjadi pada lansia yang mengalami kesepian. Kehilangan pasangan hidup atau berpisah dan jauh dari keluarga berpengaruh pada bagaimana lansia menjalani kehidupan barunya tanpa keintiman dan kelekatan dengan figur terdekat mereka.

Tipe kesepian yang dimiliki ketiga informan tersebut adalah tipe kesepian emosional dan tipe kesepian sosial. Tipe kesepian yang paling terlihat pada

ketiga informan tersebut yakni informan LB, infoman RK dan informan BM adalah tipe kesepian emosional dimana tipe kesepian emosional ini timbul karena informan tidak mendapatkan figur kasih sayang yang intim dari keluarga. Sehingga tipe kesepian emosional membuat mereka selalu merindukan kehadiran keluarga dan kasih sayang dari sosok keluarga. Sedangkan tipe kesepian sosial tetap masih dirasakan oleh ketiga informan walaupun terkadang ada hal-hal dalam hubungan pertemanannya mereka tidak sesuai dengan apa yang diinginkan dan diharapkan mereka. Perasaan senang disini ketika masih bisa berguna di wisma namun terkadang perasaa sedih juga seringkali dihinggapi mengingat jauh dari keluarga dan terputusnya koneksi dan komunikasi dengan keluarga yang terjalin tidak seperti dulu lagi

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, A. (2018). Permasalahan yang Dialami Lansia dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 91. <https://doi.org/10.29240/jbk.v2i2.462>
- Aldila, M. (2019). Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Lansia di Kelurahan Campago Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(4), 1-12.
- Andromeda, N., Kristanti, E. P., Malang, U. W., & Malang, U. W. (2017). Hubungan antara Loneliness dan Perceived Social Support dan Intensitas Penggunaan Social Media Pada Mahasiswa. *Journal Psikovidya*, 1(2), 1-15.
- Dewi, K. R. K. (2022). *Pola Adaptasi Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Dan Potensinya Sebagai Sumber Belajar Sosiologi Di SMA*. Universitas Pendidikan Ganesha.
- Erfiyanti, E., Cahyati, T. N., Putri, R. W., Noveli, A. T., Aldellisa, L., & Hikmah, S. (2023). Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 167. <https://doi.org/10.26623/jdsb.v25i3.7129>
- Ginting, L. S. (2019). *Kesepian Pada Lansia di Panti Jompo Suka Makmur Sibolangit*. Universitas Medan Area.
- Hawari, H. (2013). *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Hayati, S. (2009). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Loneliness Pada Lansia*. Universitas Sumatera Utara.
- Nasution. (2003). *Metode Research Penelitian Ilmiah*. PT Buana Aksara.
- Owa, P. A., & Ladapase, E. M. (2020). Kesenjangan Pada Narapidana di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Maumere. *Disputare-Jurnal Psikologi*, 7(1). <http://disputare.nusanipa.ac.id/index.php/dis/article/download/13/10>
- Priastana. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Berduka Kronis Pada Lansia yang Mengalami Kehilangan Pasangan dalam Budaya Pakurenan. *Indonesian Journal of Health Research*, 1(1), 20-26.
- Santrock. (2003). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. PT Penerbit Erlangga.
- Sihab, & Nurchayati. (2021). Loneliness Pada Lansia yang Tinggal Sendiri. *Journal Psikologi*, 8, 165-175.
- Sunaryo, M. K., Rahayu Wijayanti, S. K., Kep, M., Kom, S., Kuhu, M. M., SKM, M. P. H., Sumedi, N. T., Widayanti, E. D., Sukrillah, U. A., & Riyadi, N. S. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Andi Offset. http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=22943&keywords=
- Triani, A. (2012). Pengaruh Persepsi Penerimaan Teman Sebaya Terhadap Kesenjangan Pada Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 1(1), 129.