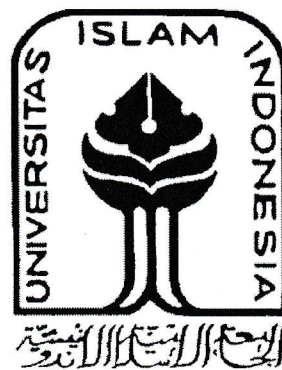


**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEPIAN PADA
LANSIA JANDA ATAU DUDA DI KABUPATEN SLEMAN**

NASKAH PUBLIKASI



Oleh:

Diah Aulia

Resnia Novitasari



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018**

NASKAH PUBLIKASI

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEPIAN PADA
LANSIA JANDA ATAU DUDA DI KABUPATEN SLEMAN,
YOGYAKARTA**

Telah disetujui pada tanggal

14 AUG 2018

Dosen Pembimbing Utama



Resnia Novitasari, S. Psi., M.A.

**CORRELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND LONELINESS
AMONG WIDOWED ELDERLY IN SLEMAN DISTRICT,
YOGYAKARTA**

Diah Aulia
Resnia Novitasari

Department of Psychology, Islamic University of Indonesia

ABSTRACT

Yogyakarta is the city with the highest life expectancy in Indonesia. However, it does not rule out the possibility of psychological problems perceived by elderly. The most common psychological problem felt by the elderly is loneliness. One of the factors that causes elderly to experience loneliness is the existence of problems in giving social support owned by elderly, especially elderly who have been left by his/her life partner. Therefore, this study aims to determine the relationship of social support and loneliness among the widow or widower elderly in Sleman distric, Yogyakarta. This study involved 60 elderly people who have been left away their partner who live in Sleman District, Special Region of Yogyakarta. This research is done by door to door by visiting the home of each respondent research. The instruments used in this study are UCLA Loneliness Scale to measure loneliness and Duke Social Support Index to measure social support. The results of hypothesis testing using Spearman's rho technique show $p = 0.000$ ($p < 0.05$) and $r = -0.697$, which means there is a significant negative relationship between social support and loneliness in the widow/widower elderly in Sleman district, Yogyakarta.

Keywords: Loneliness, Social Support, Elderly Widow, Elderly Widower

PENGANTAR

Manusia mengalami serangkaian tahapan perkembangan yang berlangsung di dalam hidupnya dengan urutan yang pasti. Mulai dari tahap perkembangan masa bayi hingga lansia. Setiap tahapan perkembangan yang dilalui manusia ini tidak dapat diulang kembali. Hal-hal yang terjadi pada tahap perkembangan awal manusia memberikan dampak pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya. Salah satu tahap perkembangan yang pasti dialami manusia apabila ia berumur panjang adalah tahap perkembangan lanjut usia (lansia).

Menjadi tua merupakan tahap kehidupan akhir yang akan dirasakan manusia. Walaupun dikatakan sebagai tahap perkembangan terakhir, sejatinya seorang lansia tidak pernah berhenti berkembang hingga ia mati. Sebagaimana dikatakan oleh Prawitasari (1994) bahwa manusia akan terus belajar dari pengalamannya sejak lahir hingga akhir hayatnya. Menurut Erikson, setelah mengalami tujuh tahap perkembangan yang dimulai dari tahap perkembangan masa bayi hingga dewasa menengah, manusia mulai memasuki tahap perkembangan terakhir, yakni masa lanjut usia (Santrock, 2011). Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lansia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas. Pada tahap perkembangan ini, manusia lansia dihadapkan pada berbagai perubahan baik secara fisik, psikologis maupun sosial.

Kehidupan para lansia ini sudah semestinya mendapatkan perhatian khusus. Apalagi jika penduduk lansia suatu negara merupakan penduduk dengan jumlah yang tidak sedikit. Saat ini, jumlah lansia di Indonesia sendiri merupakan salah

satu yang tertinggi di dunia. Menurut Kementerian Sosial Republik Indonesia, Indonesia menduduki peringkat ke 3 setelah China dan India yang memiliki masyarakat dengan usia di atas 60 tahun tertinggi di dunia. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat. Bahkan diperkirakan pada tahun 2050 jumlah lanjut usia di Indonesia akan mencapai 100 juta jiwa (Hermawati, 2015). Di Indonesia, beberapa kota besar mempunyai presentase jumlah lansia di atas rata-rata nasional, yakni Daerah Istimewa Yogyakarta, Jawa Timur, dan Jawa Tengah. Ketiga kota ini memiliki proporsi penduduk dengan usia lebih dari 75 tahun di atas kelompok umur sebelumnya. Khusus untuk Daerah Istimewa Yogyakarta menduduki peringkat pertama dengan jumlah lansia sebanyak 12,48%. Bahkan pada tahun 2014, jumlah lansia di DIY mencapai 15% secara nasional dengan usia harapan hidup 75,5 tahun. Dengan ini, DIY menempati daerah dengan usia harapan hidup tertinggi di Indonesia (Hermawati, 2015).

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini menjadi salah satu indikator keberhasilan perbaikan kualitas kesehatan dan kondisi sosial masyarakat yang meningkat (Hermawati, 2015). Berbicara mengenai kondisi sosial di masyarakat, hal ini sesuai dengan kebudayaan yang ada di masyarakat DIY. Budaya *rewang*, yakni saling bahu membahu menyelesaikan pekerjaan, dan menjadikannya tanggung jawab bersama. Ketika salah satu orang memiliki hajat di rumah, atau dalam menyelesaikan pembangunan di desa, masyarakat sekitar tempat tinggal akan turut ikut serta membantu menyelesaikan tugas tersebut. Kegiatan ini dapat menjadi salah satu media bagi lansia untuk tetap dapat terkoneksi dengan orang lain dan menjalin hubungan sosialnya dengan baik. Tetap dapat berkarya dan

menuangkan ide-ide di dalam pikirannya, sehingga tetap produktif dalam menghasilkan suatu produk atau jasa.

Namun ternyata, peningkatan populasi masyarakat lansia ini juga tak lepas dari persoalan-persoalan bagi lansia itu sendiri. Seperti penurunan fungsi fisiologis, pemasukan keuangan yang menurun akibat pensiun, hidup bergantung dengan anak-anaknya, berubahnya pola kehidupan keluarga dari keluarga besar ke keluarga kecil, hingga perasaan kesepian karena ditinggal pasangan atau teman-teman.

Perasaan ketergantungan dan tidak mampu hidup mandiri ini dapat menyebabkan lansia mengalami krisis psikologis (Amalia, 2013). Keadaan ini dapat diperparah dengan perasaan kesepian yang dirasakan lansia, terutama lansia yang sudah tidak lagi memiliki pasangan, yakni lansia janda atau duda. Kehilangan pasangan hidup ini membuat lansia menjadi kehilangan salah satu teman berbagi di dalam hidupnya. Ditambah lagi keadaan lingkungan sosial yang semakin individualis, membuat lansia yang telah sendiri semakin merasa tersisih dan merasa diabaikan.

Meningkatkan interaksi sosial pada lansia janda atau duda merupakan salah satu langkah preventif agar dapat terhindar dari perasaan kesepian. Salah satu cara untuk dapat meningkatkan interaksi sosial pada lansia janda atau duda adalah dengan adanya pemberian dukungan sosial dari orang-orang sekitar. Menurut Sarafino (2011) dukungan atau bantuan yang dibutuhkan oleh orang lanjut usia bisa didapatkan dari berbagai macam sumber, seperti keluarga, teman, dokter atau profesional dan organisasi kemasyarakatan. Sementara kita tahu bahwa lansia

rentan kekurangan hubungan sosial karena mereka telah memasuki masa pensiun, kesulitan akses untuk dapat menghubungi kerabat, keluarga, atau bahkan telah ditinggal pasangan hidupnya.

Keberadaan dukungan sosial dirasa sangat penting bagi kehidupan orang lanjut usia, terutama lansia janda atau duda. Mengingat manusia merupakan makhluk sosial yang tidak akan pernah lepas dari interaksi sosial, bahkan hingga masuk pada tahap masa lanjut usia. Hanya saja, ketika lansia mulai merasa dirinya menyulitkan orang lain, mereka menarik diri dari lingkungan masyarakat. Ditambah lagi, lansia janda atau duda telah kehilangan pasangan hidupnya yang merupakan sumber dukungan sosial terdekat yang lansia miliki. Pada saat seperti inilah dukungan sosial dibutuhkan oleh orang lanjut usia. Perhatian yang diberikan baik oleh keluarga, anak, cucu, tetangga, dokter, maupun ahli profesional yang lain dapat membantu orang lanjut usia mengatasi kesedihan dan kesepian di hari tuanya. Dukungan sosial melibatkan orang lain dalam kehidupan lansia yang akan membuat interaksi yang intens dalam kehidupan lansia sehari-hari, seperti memberikan perhatian mengenai makanan dan minuman yang baik dikonsumsi, hingga pemberian obat-obatan bagi lansia dari anggota keluarganya (Ikasi, Jumaini, & Hasanah, 2014). Selain mendapatkan interaksi yang konsisten, lansia juga mendapatkan dukungan emosional, semangat, kasih sayang dan perasaan dihargai dan diakui oleh lingkungannya. Penelitian yang dilakukan oleh Kang, dkk (2016) membuktikan bahwa pemberian dukungan sosial memberikan pengaruh negatif pada kesepian. Hal ini berarti, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin rendah kesepian yang dirasakan lanjut usia.

Berdasarkan uraian peneliti di atas, dukungan sosial dirasa perlu untuk dikaji lebih lanjut terkait fungsinya dengan perasaan kesepian pada lansia janda atau duda. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti hubungan antara dukungan sosial dan kesepian yang terjadi pada orangtua lanjut usia janda atau duda di kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

METODE PENELITIAN

A. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah individu berusia di atas 60 tahun berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Selain itu, subjek dalam penelitian ini merupakan lansia yang telah janda atau duda, dan berdomisili di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

B. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menyebarkan skala secara *door to door* ke rumah-rumah warga. Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 2 skala, yakni skala dukungan sosial dan skala kesepian. Skala dukungan sosial yang digunakan adalah Duke Social Support Index (DSSI) yang disusun oleh Landerman (1989) dan dikembangkan oleh Koenig, dkk (1993) memiliki 11 aitem dengan koefisien reliabilitas $\alpha=0.860$. Kemudian skala kesepian dalam penelitian ini menggunakan UCLA Loneliness Scale yang dibuat dan dikembangkan oleh Russel (1996). Skala ini memiliki 20 aitem dengan koefisien reliabilitas $\alpha=0.906$.

C. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi dengan teknik *Spearman's Rho* untuk melihat korelasi antara dua variabel. Sebelum melakukan analisis data, sebelumnya peneliti akan melakukan uji asumsi terlebih dahulu yang terdiri atas uji normalitas dan uji linieritas.

HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Data Penelitian

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Dukungan Sosial	11	33	22	3.6	17	33	27.93	3.002
Kesepian	20	80	50	10	25	51	36.18	6.624
<i>Social Interaction</i> (Interaksi Sosial)	4	12	8	1.3	5	12	8.33	1.336
<i>Satisfaction with Social Support</i> (Kepuasan dengan Dukungan Sosial)	7	21	14	2.3	12	21	19.60	2.219

2. Hasil Uji Hipotesis

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi antara Dukungan Sosial dan Kesepian.

Variabel	r	p	Keterangan
Dukungan Sosial*Kesepian	-0.697	0.000	Signifikan

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi antara Dukungan Sosial dan Kesepian.

Variabel	r	p	Keterangan
Dukungan Sosial*Kesepian	-0.697	0.000	Signifikan

PEMBAHASAN

Penelitian berjudul hubungan antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia dilakukan pada 60 lansia berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berdomisili di kabupaten Sleman, Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan dua jenis skala, yaitu dukungan sosial dan kesepian. Skala pertama, yaitu *Duke Social Support Index* yang dikembangkan oleh Koenig et al (1993) yang telah dilakukan adaptasi oleh peneliti. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan, skala *Duke Social Support Index* memiliki koefisien validitas yang bergerak dari 0.318 hingga 0.774 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.860. Skala kedua, *UCLA Loneliness Scale* yang disusun dan dikembangkan oleh Russel (1996) juga telah dilakukan adaptasi oleh peneliti. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan, skala *UCLA Loneliness Scale* memiliki koefisien validitas yang bergerak dari 0.428 hingga 0.762 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.906. Hasil uji validitas dan reliabilitas di atas

menunjukkan bahwa skala *Duke Social Support Index* dan *UCLA Loneliness Scale* merupakan alat ukur yang valid dan reliabel.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis mengenai ada atau tidaknya hubungan antara dukungan sosial dan kesepian. Jumlah lansia yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 60 orang lansia yang sudah ditinggal pasangan hidupnya. Peneliti memilih subjek penelitian dengan kriteria tersebut dikarenakan orang dengan usia lanjut rentan terhadap perasaan kesepian (Prawitasari, 1994). Terlebih bagi lansia yang sudah tidak lagi memiliki pasangan hidup. Menurut Smith (2012), kehilangan pasangan hidup merupakan salah satu atribut penting yang dapat berpengaruh pada perasaan kesepian seseorang, sebab lansia menjadi kehilangan akses terdekat mereka untuk bisa melakukan aktivitas sosial.

Berdasarkan hasil yang diperoleh di lapangan diketahui bahwa kesepian pada lansia yang telah hidup sendiri di Kabupaten Sleman berada pada kategori rendah hingga sangat rendah. Penelitian yang melibatkan 60 orang lansia ini menunjukkan adanya kesepian pada kategori rendah pada 39 lansia (65%). Selain itu, ditunjukkan pula adanya kesepian dengan kategori sangat rendah pada 17 orang lansia (28.3%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Chen, Hicks, dan While (2014) dimana responden dalam penelitiannya menunjukkan kesepian yang tergolong sedang dan rendah.

Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia yang telah hidup sendiri ($r=0.697$, $p=0.000$; $p<0.05$) sehingga hipotesis penelitian diterima. Hal ini menunjukkan bahwa tinggi rendahnya kesepian dapat dijelaskan dengan

dukungan sosial. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kesepian yang dimiliki lansia. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi kesepian yang dimiliki lansia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kang dkk (2016), Niedzwiedz dkk (2016), dan Chen, Hicks dan While (2014) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dan kesepian. Menurut Santini dkk (2016), dukungan sosial yang baik ditandai dengan adanya pasangan, anak-anak, teman, hingga relasi yang dapat dipercaya, menjadi tempat yang dapat diandalkan, dan dianggap dapat memberikan dukungan. Menurut Ross dan Rosser (Tian, 2014), individu dengan dukungan sosial yang baik ditandai dengan kemampuan individu yang dapat mendeskripsikan diri mereka lebih positif, sebab cara mereka menerima dukungan sosial dengan cara menganggapnya sebagai sumber sosial yang dapat mereka manfaatkan untuk memenuhi kebutuhan mereka.

Terdapat dua dimensi dalam dukungan sosial. Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan, kedua dimensi tersebut berkorelasi secara signifikan dengan kesepian. Kedua dimensi tersebut adalah interaksi sosial ($r = -0.438$; $p = 0.000$) dan kepuasan dengan dukungan sosial ($r = -0.642$; $p = 0.000$). Dimensi interaksi sosial memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan kesepian. Hal tersebut mengindikasikan bahwa tinggi rendahnya kesepian dapat dibuktikan dengan tinggi rendahnya interaksi sosial yang dimiliki.

Dimensi dukungan sosial yang juga memiliki hubungan yang signifikan dengan kesepian adalah kepuasan dengan dukungan sosial. Adanya hubungan timbal balik yang berkualitas antara lansia dengan keluarga maupun kerabat.

Lansia dengan hubungan antara keluarga dan kerabat yang berkualitas merupakan prediktor dukungan sosial yang baik bagi lansia (Ezra & Leitsch, 2010). Jadi, tinggi rendahnya kesepian pada lansia berhubungan dengan seberapa tinggi atau rendahnya kepuasan dengan dukungan sosial yang dimiliki lansia.

Peneliti melakukan analisis tambahan, yaitu perbedaan kesepian yang dirasakan lansia berdasarkan jenis kelamin dan kelompok usia. Hasil uji beda kesepian pada lansia berdasarkan jenis kelamin menunjukkan $p=0.445$ ($p>0.05$). Hal tersebut berarti tidak terdapat perbedaan kesepian yang dirasakan antara lansia laki-laki maupun perempuan.

Hasil uji beda kedua perbedaan kesepian lansia dengan kelompok usia lanjut usia dan lanjut usia tua. Hasil uji beda menunjukkan $p=0.980$ ($p>0.05$). Hal tersebut berarti tidak terdapat perbedaan kesepian yang dirasakan baik oleh lansia dengan kelompok usia lanjut usia (60 – 74 tahun) maupun lansia dengan kelompok usia tua (74 – 90 tahun).

Secara keseluruhan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa kekurangan, yaitu proses adaptasi skala yang digunakan dalam penelitian ini diterjemahkan sendiri oleh peneliti dari bahasa asli ke bahasa Indonesia. Untuk itu, masih diperlukan adanya penyempurnaan pada penggunaan bahasa dalam alat ukur tersebut agar lebih mudah dipahami dan lebih sesuai dengan kultur yang ada di Yogyakarta. Selain itu, proses penyebaran skala pada penelitian ini dilakukan dengan cara *door to door*, sehingga ada beberapa responden yang sulit ditemui, sehingga peneliti harus menitipkan skala dan tidak bisa secara langsung bertemu dengan responden penelitian. Kemudian, proses

penyebaran skala pada penelitian ini sebagian besar dilakukan dengan metode tanya jawab oleh peneliti langsung kepada responden penelitian, sehingga dikhawatirkan data hasil temuan lapangan kurang objektif. Namun, untuk mengatasi beberapa kekurangan ini, peneliti tetap berusaha melakukan perbaikan. Peneliti memberikan penjelasan terkait cara pengisian skala sebelum skala dititipkan, dan peneliti juga berusaha untuk menguasai butir-butir skala yang digunakan dalam penelitian ini agar dapat mencapai hasil temuan yang objektif.

KESIMPULAN

1. Ada hubungan positif antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia janda atau duda di kabupaten Sleman, Yogyakarta.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Interaction* (Interaksi Sosial) dengan kesepian pada lansia
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *Satisfaction with Social Support* (Kepuasan dengan Dukungan Sosial) dengan kesepian pada lansia.

SARAN

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai kesejahteraan lansia di Indonesia, sebab masih sedikit dilakukan penelitian tentang kesejahteraan lansia di Indonesia. Hal tersebut diharapkan dapat menjadi acuan referensi baru sebagai pengembangan ilmu di Indonesia, khususnya di bidang ilmu psikologi perkembangan. Apabila peneliti selanjutnya tertarik dengan topik yang sama, peneliti dapat menghubungkan dengan variabel bebas lain yang

sekiranya memiliki hubungan yang kuat dengan kesepian yang dirasakan lansia. Peneliti selanjutnya juga dapat memperluas jangkauan responden penelitian menjadi lebih luas, sehingga didapatkan hasil penelitian yang lebih kaya dari penelitian-penelitian sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. D., (2013). Kesenangan dan Isolasi Sosial yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan dari Perspektif Sosiologis. *Informasi*, 18(3), 159-268.
- Chen, Y., Hicks, A., While, A. E. (2014). Loneliness and Social Support of Older People Living Alone in A County of Shanghai, China. *Health and Social Care in The Community*, 22(4), 429 – 438.
- Ezra, S. S., & Leitsch, S. A. (2010). The Role of Social Relationship in Predicting Loneliness: The National Social Life, Health, and Ageing Project. *Social Work Research*, 34(3), 157 – 167.
- Hermawati, I. (2015). *Kajian tentang Kota Ramah Lanjut Usia*. Makalah disampaikan dalam Seminar dan Lokakarya Tentang Kota Ramah Lansia, Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesejahteraan Sosial, Yogyakarta, 23 April.
- Ikasi, A., Jumaini, Hasanah, O.. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kesenangan (Loneliness) pada Lansia. *JOM PSIK*, 1(2), 1-7.
- Kang, H. W., Park, M., Wallace, J. P. (2016) The Impact of Perceived Social Support, Loneliness, and Physical Activity on Quality of Life in South Korean Older Adults. *Journal of Sport and Health Science*, 1 – 8.
- Koenig, H.G., Westlund, R. E., George, L. K., Hughes, D. C., Blazer, D. G., Hybels, C. (1993). Abbreviating The Duke Social Support Index for Use in Chronically Ill Elderly Individuals. *Psychosomatics*, 34(1), 61 – 69
- Niedzwiedz, C. I., Richardson, E. A., Tunstall, H., Shortt, N. K., Mitchell, R. J., Pearce, J. R. (2016). The Relationship between Wealth and Loneliness among Older People Across Europe: Is Social Participation Protective?. *Preventive Medicine*, 91, 24 – 31.
- Prawitasari, J. E..(1994). *Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia*. Buletin Psikologi: Universitas Gadjah Mada.
- Russel, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40
- Santini, Z. I., dkk. (2016). Social Relationship, loneliness, and Mental Health among Older Men and Woman in Ireland: A Prospective Community-based study. *Journal of Affective Disorder*. 204. 59-69
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development* Jilid II. Erlangga.
- Smith, J. M. (2012). Portraits of Loneliness: Emerging Themes among Community Dwelling Older Adults. *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv*, 50, 34 – 39.
- Tian, Qian. (2014). Integration Social Support Affects The Subjective Well-Being of The Elderly: Mediator Roles of Self-Esteem and Loneliness. *Journal of Health Psychology*, 1 – 8.