

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

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.

Beberapa tanda-tanda manusia dalam masa perkembangan lansia adalah mereka mengalami perubahan-perubahan fisik secara wajar, seperti kulit yang sudah tidak kencang lagi, otot-otot mengendur, serta berkurangnya fungsi organ tubuh dan munculnya berbagai macam penyakit (Prawitasari, 1994). Kemunduran fisiologis tersebut kemudian menimbulkan ketidakberdayaan pada lansia. Hal ini menyebabkan lansia menjadi tidak lagi mampu untuk melakukan beberapa aktivitas yang biasanya mampu dilakukan manusia sehat. Akibatnya, lansia menjadi kurang mandiri dan membutuhkan bantuan dari orang lain. Adanya keterbatasan fisiologis ini membuat lansia beranggapan bahwa keberadaannya kian menyulitkan orang-orang di sekitarnya. Stigma menjadi tua inilah yang selanjutnya berpotensi menjadi sumber tekanan dalam hidup lansia.

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). Sementara itu, menurut situs www.kependudukan.jogjapro.go.id , salah satu kabupaten dengan jumlah penduduk lansia terbanyak di DIY adalah kabupaten Sleman, yakni mencapai 111.000 jiwa.

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 (Prawitasari, 1994), hingga perasaan kesepian karena ditinggal pasangan atau teman-teman.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara singkat yang dilakukan pada awal tahun 2018 dengan beberapa lansia janda atau duda berusia 60 – 70 tahun di kabupaten Sleman Yogyakarta, didapatkan informasi yang berbeda. Hingga saat ini masih dapat ditemukan lansia yang kurang bahagia dengan kehidupan masa lansianya. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan beberapa lansia yang menyatakan bahwa mereka kini telah bergantung dengan anak-anak mereka selama telah kehilangan pasangan. Mereka menjadi tidak memiliki teman untuk berbagi ketika sedang berada di rumah. Seringkali mereka merasa kesepian. Ditambah lagi, di saat yang sama keadaan mereka yang sudah tidak tinggal satu rumah dengan anak-anaknya. Mereka merasa anak-anak mereka seringkali tidak memiliki waktu untuk bertemu dengan mereka, sembari sesekali menutupi wajah, kemudian menitikkan air mata. Selain itu, mereka juga mengakui bila mereka sudah jarang mengikuti kegiatan sosial maupun keagamaan karena terkendala transportasi. Namun ketika ada kesempatan untuk berkumpul di suatu komunitas, mereka merasa sulit untuk terhubung bersama komunitas tersebut. Mereka juga jarang berinteraksi dengan tetangga di sekitar rumah, sebab mereka mengakui bahwa tetangga di sekitar tempat tinggal mereka mulai kurang ramah dan individualis. Hal ini menyebabkan mereka enggan untuk bertegur sapa dan membuka percakapan.

Van Baarsen (2002) mengatakan bahwa kehilangan pasangan dapat mengarah pada hilangnya identitas. Hilangnya identitas kemudian menandai

adanya harga diri yang rendah. Ketika seorang lansia yang baru saja ditinggal pasangannya memiliki harga diri yang rendah, mereka akan sangat bergantung dengan pasangan mereka. Sehingga bagi mereka, kehilangan pasangan merupakan peristiwa yang rumit. Perasaan ketergantungan dan tidak mampu hidup mandiri ini dapat menyebabkan lansia mengalami krisis psikologis (Amalia, 2013). Kehilangan pasangan hidup ini membuat lansia menjadi kehilangan salah satu teman berbagi di dalam hidupnya. Van Baarssen (2002) mengungkapkan bahwa kehilangan pasangan hidup itu melebihi dari kehilangan keintiman, sementara hubungan yang dekat dengan orang lain belum tentu bisa menggantikan keintiman, tetapi mungkin saja menggantikan pasangan di area yang lainnya, seperti persahabatan atau dukungan instrumental. Ditambah lagi keadaan lingkungan sosial yang semakin individualis, membuat lansia yang telah sendiri semakin merasa tersisih dan merasa diabaikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Van Baarsen (2002) yang menyatakan bahwa lansia janda atau duda cenderung merasakan kesepian, sebab mereka telah kehilangan salah satu sumber hubungan sosial terdekat yang dapat mereka harapkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Bennet dan Victor (2012), 50% dari seluruh lansia janda atau duda yang menjadi partisipan penelitiannya menjelaskan bahwa mereka merasakan kesepian karena kehilangan pasangan, kehilangan pasangan sebagai kehadiran fisik di dalam rumah atau sebagai manusia.

Kesepian adalah keadaan dimana seseorang merasakan sedikitnya perhatian yang ia terima ditambah sedikitnya hubungan sosial yang dimiliki (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980). Menurut Yang (2011), kesepian telah diasosiasikan

dengan kisaran hasil kesehatan yang negatif secara signifikan, dan ini mempengaruhi kemampuan seseorang untuk dapat hidup mandiri di lingkungannya. Hal ini merupakan permasalahan yang cukup serius bagi orang lanjut usia. Mereka merasa terasing, berbeda, lemah, dan tersisihkan.

Kesepian pada orang lanjut usia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Aartsen dan Jylhä (2011), beberapa faktor yang berhubungan dengan kesepian pada orang usia lanjut di antaranya adalah hidup sendirian, kualitas hubungan dengan anak, status sosio-ekonomi, efikasi diri, kepribadian, kesehatan yang dirasakan sendiri, norma dan nilai kebudayaan, interaksi sosial dan faktor genetik. Beberapa hal tersebut apabila tidak diberikan perhatian khusus akan meningkatkan perasaan kesepian yang dirasakan lansia.

Adanya interaksi sosial yang baik pada lansia janda atau duda merupakan salah satu langkah yang dapat dilakukan agar lansia janda atau duda 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 (Van Baarsen, 2002). 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. 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. Sebagaimana dipaparkan oleh Van baarsen (2002) yang menyatakan bahwa, lansia yang telah kehilangan pasangan hidupnya cenderung memiliki kesepian sosial dan emosional yang tinggi, dan hal tersebut dapat dikurangi dampaknya melalui adanya hubungan personal yang suportif dengan orang-orang terdekat lainnya.

Ikasi, Jumaini dan Hasanah (2014) melakukan penelitian pada 75 orang lansia berusia 55 – 64 tahun, melaporkan bahwa 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. 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 berhubungan

secara 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.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan kesepian pada lansia janda atau duda di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi perkembangan mengenai sejauh mana peran dukungan sosial terhadap kesepian pada kehidupan lansia yang telah janda atau duda.

2. Manfaat Praktis

Masyarakat dan keluarga lansia mendapatkan wawasan yang lebih luas mengenai hubungan pemberian dukungan sosial terhadap kesepian yang dirasakan oleh lansia di rumahnya, sehingga keluarga dapat menjadi jaringan sosial yang cukup bagi lansia dalam memperoleh dukungan hidupnya.

D. Keaslian Penelitian

Ikasi, Jumaini dan Hasanah (2014) melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kesepian (*Loneliness*) pada Lansia. Penelitian ini dilakukan untuk memastikan hubungan antara dukungan sosial dengan level kesepian pada lansia. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah kesepian menurut Probosuseno (2007) yakni, kesepian merupakan masalah psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia, merasa terasing (terisolasi), tersisihkan, terpencil dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner dengan 31 pertanyaan yang sudah di tes validitas dan reabilitasnya. Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan level kesepian pada orang tua lansia.

Penelitian Baarsen (2002) yang berjudul *Theories on Coping with Loss: The Impact of Social Support and Self-Esteem on Adjustment to Emotional and Social Loneliness Following a Partner's Death in Later Life*, ingin mengetahui tentang peran harga diri dan dukungan sosial dalam penyesuaiannya terhadap kesepian

pada lansia yang sedang berkebang. Penelitian ini juga ingin mengetahui tentang kontribusi dari teori koping umum dan spesifik dalam menjelaskan kesepian. Instrumen yang digunakan di dalam penelitian ini adalah *Dutch Loneliness Scale* oleh De Jong Gierveld dan Kamphuis untuk mengukur kesepian sosial dan emosional lansia, dan untuk mengukur dukungan sosial, Baarsen menggunakan dua pengukuran tentang dukungan jaringan yang berdasarkan dua aitem, yakni dukungan instrumental dan dukungan emosional. Hasil dari penelitian ini adalah kehilangan pasangan yang disertai dengan harga diri yang rendah menghasilkan kesepian sosial dan emosional yang tinggi yang dipersepsikan dengan kurangnya dukungan sosial yang diterima. Hubungan personal yang suportif dapat mengurangi kesepian emosional. Penelitian ini juga mengemukakan bahwa dukungan harga diri berperan dalam mendukung teori kesepian relasional yang menyatakan bahwa kehilangan pasangan dapat menyebabkan hilangnya identitas (seperti harga diri yang rendah). Selain itu, rendahnya harga diri seringkali dapat meningkatkan kesepian emosional.

Penelitian Wu, Sun, Huan Sun, Zhang, Tao, dan Cui (2009) yang berjudul *Correlation between loneliness and social relationship among empty nest elderly in Anhui rural area, China*, ingin mengetahui tentang hubungan antara variabel kesepian dan hubungan sosial pada lansia yang mengalami sindrom sangkar kosong. Penelitian ini melibatkan 1144 lansia yang mengalami sindrom sangkar kosong dengan menggunakan instrumen penelitian UCLA Loneliness Scale untuk mengukur kesepian, Social Support Rate Scale untuk mengukur dukungan sosial dan menggunakan APGAR Indeks untuk mengukur hubungan lansia dengan

jaringan sosialnya. Hasil dari penelitian ini adalah sebanyak 80,94% lansia dengan sindrom sangkar kosong mengalami kesepian dengan tingkat yang moderat pada level tinggi. Tingkat kesepian yang dirasakan secara signifikan berbeda pada usia, status pernikahan dan pendapatan responden, dan tidak berkaitan dengan jenis kelamin dan tingkat pendidikan. Dukungan sosial dan fungsi keluarga memiliki hubungan yang negatif dengan kesepian. Hal itu berarti sedikitnya dukungan sosial dan fungsi keluarga yang buruk memiliki hubungan dengan kesepian yang lebih tinggi.

1. Keaslian Topik

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan topik mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia yang hidup sendiri. Topik ini bukan merupakan topik pertama yang pernah dilakukan, karena sebelumnya telah banyak penelitian yang menggunakan variabel tersebut, seperti Van Baarsen (2002) dan Chen, Hicks, dan While (2014). Oleh sebab itu, topik yang dipilih peneliti kali ini bukanlah topik yang orisinal.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori kesepian (*loneliness*) Russel, Peplau dan Cutrona (1980), yakni kesepian adalah perasaan subjektif yang akan muncul ketika seseorang kekurangan perhatian dan hubungan sosial. Sementara teori dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan teori Koenig, dkk (1993), yakni dukungan sosial adalah faktor penting yang dapat mencegah efek buruk dari stress pada kesehatan mental dan fisik. Kedua teori baik teori kesepian maupun dukungan sosial yang digunakan oleh

peneliti sebelumnya telah banyak digunakan dalam penelitian terkait variabel tersebut. Penelitian ini juga merupakan replikasi dari riset yang dilakukan oleh Chen, Hicks dan While (2014). Oleh sebab itu, teori yang digunakan peneliti dalam penelitian kali ini bukanlah teori yang orisinal.

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan skala kesepian UCLA *Loneliness Scale* berdasarkan aspek-aspek dari teori Russel (1996) yang akan diterjemahkan dan dimodifikasi oleh peneliti. Sedangkan untuk dukungan sosial, peneliti menggunakan skala Duke Social Support Index (DSSI) berdasarkan aspek-aspek dari teori Koenig et al (1993) yang akan diterjemahkan dan dimodifikasi oleh peneliti.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan lansia janda atau duda di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai responden penelitian dimana pada penelitian sebelumnya belum pernah dilakukan penelitian dengan subjek sebagaimana yang digunakan peneliti dalam penelitian kali ini.