

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini penuaan penduduk sudah menjadi fenomena global, hampir setiap negara di dunia mengalami penambahan penduduk lanjut usia yang sangat drastis baik jumlah maupun proporsinya dalam populasi. Secara global, ada 727 juta orang yang berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2020 (United Nation, 2020). Sejalan dengan ini, (Kemenkes RI, 2019) Menyebutkan bahwa fenomena penuaan penduduk menjadi akibat meningkatnya usia harapan hidup (UHH) yang diikuti dengan meningkatnya jumlah populasi lansia. Indonesia saat ini telah berada pada struktur penduduk tua (*ageing population*), bahkan Indonesia sudah memasuki *ageing population* sejak tahun 2021.

Persentase lansia Indonesia mengalami peningkatan setidaknya 4% selama lebih dari satu dekade (2010-2022) sehingga menjadi 11,75%. Umur harapan hidup juga meningkat dari 69,81 tahun pada 2010 menjadi 71,85 tahun di tahun 2022. Angka ini menggambarkan setidaknya setiap penduduk yang lahir di tahun 2022 berharap akan dapat hidup hingga berusia 71 sampai dengan 72 tahun. (Badan Pusat Statistik, 2023).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2021, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk tua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari 10%. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (15,52%), Jawa Timur (14,53%), Jawa Tengah (14,17%), Sulawesi Utara (12,74%), Bali (12,71%), Sulawesi Selatan (11,24%), Lampung (10,22%), dan Jawa Barat (10,18%). Menurut jenis kelamin, lansia perempuan lebih banyak daripada lansia

laki-laki, yaitu 52,32% berbanding 47,68%. Menurut tempat tinggalnya, lansia di perkotaan lebih banyak daripada di perdesaan, yaitu 53,75% berbanding 46,25% (Badan Pusat Statistik, 2021).

Terjadinya proses penuaan pada seseorang merupakan suatu hal yang tidak dapat dihindari, orang yang mengalami proses ini disebut dengan orang lanjut usia atau lansia (Ningsih RW, 2020). Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menjadi tua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang mengakibatkan perubahan kumulatif, serta proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan baik dari dalam dan luar tubuh (WHO, 2022).

Pada umumnya, lansia akan bergantung pada bantuan orang lain untuk beraktivitas karena mereka mengalami penurunan kondisi fisik. Oleh karena itu, merawat lansia merupakan tantangan tersendiri bagi keluarga karena tidak hanya membutuhkan perhatian dan kasih sayang, tetapi juga waktu, kesabaran, pengetahuan, lingkungan yang sesuai, serta keuangan yang memadai (Arini, 2019). Ketika keluarga tidak mampu merawat lansia, maka solusi yang diambil oleh banyak orang adalah menitipkan lansia di panti werdha. Menurut data global, jumlah lansia penghuni panti wreda semakin bertambah setiap tahunnya (McCain, 2023). Data Kementerian Sosial Republik Indonesia tahun 2022 mencatat terdapat kurang lebih 800 panti wreda di Indonesia dengan total penghuni mencapai 25.000 lansia (Laura, 2023).

Menurut Ginting (2019) menunjukkan bahwa para lansia yang tinggal di panti jompo kurang mendapatkan kasih sayang dan cinta dari keluarga serta anak-anaknya. Yang menjadi penyebab kesepian pada lansia di panti jompo antara lain

menilai dirinya sebagai orang yang tidak berharga, tidak diperhatikan dan tidak dicintai.

Hasil penelitian (Soetjiningsih 2019) menunjukkan bahwa dibandingkan dengan lansia yang tinggal dengan keluarga dan yang tinggal sendiri, lansia yang tinggal di panti werdha cenderung mengalami lebih banyak masalah kesehatan, penurunan fungsi kognitif dan fisik, serta hambatan aktivitas sosial. Selain itu, terdapat pula masalah yang berkaitan dengan kondisi panti werdha yang penuh keterbatasan dari segi dana dan program kegiatan bagi para lansia. Masih banyak orang yang beranggapan bahwa panti werdha merupakan tempat penantian kematian, sehingga tidak perlu mendapat kegiatan-kegiatan positif untuk pengembangan diri (Timotius et al 2021).

Seiring dengan peningkatan jumlah lansia maka angka kesepian pun semakin bertambah. Kesepian merupakan hal yang bersifat pribadi dan akan ditanggapi berbeda oleh setiap orang, bagi sebagian orang kesepian bisa diterima secara normal namun bagi sebagian orang bisa menjadi sebuah kesedihan yang mendalam. Kesepian adalah masalah yang paling umum dan paling sering dialami oleh lansia dengan perasaan tersisihkan, terpencil dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain (Hanifah, 2021).

Berdasarkan National Council On Aging And Older People melaporkan bahwa prevalensi lansia di Amerika yang mengalami kesepian cukup tinggi yakni sebanyak 62% lansia (Rifiyanto, 2018). Menurut Kemenkes 2013 Persentase lansia di Indonesia sendiri yang mengalami kesepian ringan sebanyak 69%, kesepian sedang 11%, kesepian berat 2% (Satria & Wibowo, 2022).

Kesepian pada lansia merupakan perasaan kosong atau sunyi yang tidak menyenangkan sehingga dapat menyebabkan penderitaan karena memiliki seolah perasaan tersisih, sehingga mengakibatkan turunnya tingkat kepercayaan diri, ketergantungan pada orang lain dan merasa terlantar. (Naimah, 2021).

Kesepian dapat dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya adalah pengaruh lingkungan yang ada di sekitarnya. Lingkungan yang menjadi tempat tinggal lansia dapat mempengaruhi tingkat kesepian pada lansia tersebut (Sihab BA, 2021). Kesepian pada lansia dapat terjadi karena kematian pasangan, kemunduran fisik atau keterbatasan kemampuan sosial serta minimnya dukungan dari keluarga atau orang terdekat.

Kesepian lansia akan berdampak pada kondisi emosional, kemampuan mekanisme koping atau penerimaan dan pada akhirnya akan berdampak pada kualitas hidup lansia (LinaS, 2016 dalam Rini et al., 2020). Dampak lain yang akan dirasakan oleh lansia seperti penurunan kualitas kesehatan, permasalahan kesehatan mental, hingga gagasan bunuh diri (Novitasari, 2019).

Terdapat tiga faktor penyebab kesepian yaitu faktor psikologis, faktor situasional dan faktor spiritual. Faktor psikologis yaitu harga diri rendah pada lansia disertai dengan munculnya perasaan-perasaan negatif seperti perasaan takut, mengasihani diri sendiri dan berpusat pada diri sendiri. Faktor situasional yaitu terjadinya perubahan dalam tata cara hidup dan kultur budaya dimana keluarga yang menjadi basis perawatan bagi lansia kini banyak yang lebih menitipkan lansia ke panti dengan alasan kesibukan dan ketidakmampuan dalam merawat lansia serta faktor spiritual yaitu agama seseorang dapat menghilangkan kecemasan seseorang dan kekosongan spiritual seringkali berakibat kesepian.

Perasaan kesepian pada lansia bisa teratasi dengan mengisi kegiatan atau dengan lansia itu mampu beradaptasi dengan masalah yang sedang dialami, salah satunya adalah dengan harus memiliki resiliensi, dalam mengatasi berbagai masalah, lansia membutuhkan peran resiliensi. Tidak berarti bahwa resiliensi merupakan suatu sifat (*traits*), melainkan lebih merupakan suatu proses (*process*). (Aldila, 2019).

Bethania (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa lansia memerlukan kekuatan dan kemampuan beradaptasi untuk menghadapi kondisi sulit atau tidak menyenangkan yang mungkin dialaminya. Menurut berbagai literatur dalam psikologi positif, kekuatan untuk menghadapi atau merubah kondisi yang sulit menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dinamakan dengan resiliensi. Dalam mengatasi berbagai masalah, lansia membutuhkan peran resiliensi (Sari & Listiyandini, 2020).

Studi yang dilakukan oleh (Cao dan Liu, 2019) mendapati resiliensi dapat mengurangi kesepian dan memfasilitasi sumber daya emosional dan psikologis yang diperlukan, guna mengelola aspek-aspek kehidupan yang dapat menghindari dari gejala kesehatan mental.

Menurut Revich dan Shatte (2002, dalam Riyanda & Soesilo, 2019) resiliensi merupakan sebuah kemampuan dalam menghadapi dan beradaptasi kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Selanjutnya, resiliensi menurut Masten et al (1990, dalam Kumalasari et al., 2020) adalah proses dinamis dari coping positif sebagai respon terhadap peristiwa traumatis atau kondisi terberat pada kehidupan. Resiliensi ini dipengaruhi oleh reaksi dari hubungan faktor risiko dan faktor pelindung secara bersamaan. Faktor-faktor pelindung secara internal, terdiri dari

kepercayaan diri, kemandirian, dan cara bicara positif yang mendukung seseorang untuk berfungsi secara tangguh ketika menghadapi kesulitan. Resiliensi sendiri bukan berarti melindungi dari kesulitan yang dialami, akan tetapi resiliensi merupakan faktor pelindung yang dapat membantu untuk merespon kesulitan dengan tangguh. (Maten, 2015; Ungar & Hadfield, 2019 dalam Asanjarani et al., 2023).

Smith-Osborne (2016 dalam A sudrajat et al 2022) Mengatakan resiliensi pada lansia merupakan suatu proses yang panjang dan terus berjalan, yang akan selalu berkembang dan terbentuk dari pengalaman yang buruk, seperti kematian dari orang yang disayangi, kehilangan pekerjaan, dan juga penyakit yang serius. Sehingga, resiliensi dapat diartikan sebagai suatu perilaku yang berasal dari hasil adaptasi yang berhasil dalam mengatasi kesulitan didalam hidupnya.

Karakteristik pada lansia yang memiliki resiliensi ditandai dengan adanya kemampuan untuk mengatasi stress, bersikap realistis dan optimis dalam mengatasi kondisi sulit, dan mampu mengutarakan pikiran dan perasaan dengan nyaman (Revich & State, 2002, dalam Pratiwi & Yuliandri, 2022).

Resiliensi dapat mempengaruhi tingkat aspek psikologis karena lansia yang resilien akan lebih kuat ketika berada pada kondisi yang buruk dan ketika mengalami perubahan mereka akan merasa lebih mudah beradaptasi (Zahro et al., 2021). Hubungan tersebut bersifat positif dengan artian lansia yang memiliki resilien tinggi, maka kesejahteraan psikologisnya juga tinggi. lansia yang resilien mampu mempertahankan kesehatan fisik dan kesehatan psikologis serta memiliki kemampuan untuk segera pulih dari stres. Oleh karena itu, pengaruh resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa resiliensi memiliki peran

yang mendasar dan dianggap efektif dalam mengatasi kesepian. Resiliensi yang tinggi dapat diwujudkan dengan kegiatan yang dapat membangun kepercayaan diri, mengubah persepsi tentang kegagalan, dan relaks (Susanto & Soetjningsih, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan justifikasi tempat yang dilakukan di BPSTW Ciparay dan panti jompo budi pertiwi, lansia di panti jompo budi pertiwi hanya berjumlah 23 lansia dan semua berjenis kelamin perempuan dan ada beberapa lansia yang susah untuk diajak berkomunikasi, sedangkan di BPSTW Ciparay jumlah lansia nya lebih banyak sebanyak 150 lansia dan untuk jenis kelamin terdapat 73 laki-laki dan 77 perempuan, ketika diajak berkomunikasi lansia merespon nya dengan terbuka. Pada saat studi pendahuluan yang dilakukan kepada 4 lansia yang terlihat tampak menyendiri dan kurang berinteraksi dengan teman nya di BPSTW Ciparay, ketika diwawancarai mengenai pertanyaan sebagai orang tua yang sudah berumur lebih dari 60 tahun dan tinggal di panti jompo bagaimana perasaan tinggal di panti, sudah berapa lama tinggal di panti, apakah pernah merasakan perasaan seperti sedih, marah atau merasa sendiri, 2 lansia mengatakan bahwa dirinya sering merasa sedih dan merasa kesepian karena tidak diperhatikan oleh keluarganya, sudah ditelantarkan dan merasa sudah tidak berharga karena anggota keluarganya tidak pernah datang untuk menjenguknya terlebih sudah lama sekali tidak bertemu dengan anak dan cucu nya. Sedangkan 2 lansia mengatakan sering merasa kesepian dan pernah merasa putus asa karena sudah tidak memiliki siapa-siapa di dalam hidupnya karena pasangan nya sudah meninggal dan tidak memiliki anak cucu dan sering berpikir ketika orang lain masih mempunyai pasangan bahkan anak dan cucu yang bisa menemani dan merawat tetapi dia tidak. Dan ketika ditanya biasanya apa yang dilakukan ketika merasakan kesepian, rata

rata mereka menjawab mereka mencoba bangkit dan tidak berlarut dalam kesedihan, mereka beradaptasi dan mulai menerima kondisi yang dialami saat ini jadi bagaimanapun keadaannya harus bisa bangkit untuk menjalani hidup kedepannya. Jadi caranya adalah dengan resiliensi yaitu bangkit lalu beradaptasi untuk mengambil tindakan tertentu dalam menghadapi masalah dengan mengatur perasaannya. Terkadang lansia di BPSTW Ciparay mengatasi rasa kesepian dengan cara mengikuti rangkaian kegiatan yang ada di panti Werdha tersebut.

Penulis juga melakukan wawancara kepada perawat di BPSTW Ciparay, dengan hasil yang didapatkan pada bulan November 2023 yaitu perawat di BPSTW Ciparay mengatakan banyak lansia yang mengalami kesepian karena faktor ditinggal mati oleh pasangan, di masukkan ke panti karena masalah ekonomi, karena sudah tidak mempunyai anggota keluarga, karena sudah tidak ada anggota keluarga yang mau merawat lansia nya.

Menurut Jakobsen et al (2020) sejauh ini masih jarang ditemukan penelitian yang menelusuri hubungan antara resiliensi dan kesepian. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Resiliensi dengan Kesepian pada Lansia”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah di jelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan resiliensi dengan kesepian pada lansia di BPSTW Ciparay?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan resiliensi dengan kesepian pada lansia di BPSTW Ciparay

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi resiliensi pada lansia di BPSTW Ciparay
- b. Mengidentifikasi kesepian pada lansia di BPSTW Ciparay
- c. Mengidentifikasi hubungan resiliensi dengan kesepian pada lansia di BPSTW Ciparay

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran maupun tambahan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang keperawatan Komunitas, serta menambah pemahaman akan hubungan resiliensi dengan kesepian pada lansia khususnya pada lansia di BPSTW Ciparay.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Manfaat bagi BPSTW Ciparay

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi praktek keperawatan Gerontik dalam memberikan pelayanan Keperawatan terhadap lansia yang mengalami kesepian.

2. Penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya. Penelitian ini juga bisa dijadikan dasar untuk mengembangkan penelitian dengan menganalisis lebih dalam terkait faktor perancu dalam kesepian yang dialami lansia.

1.5 Batasan Masalah

Ruang Lingkup dalam penelitian ini ialah ilmu keperawatan Gerontik. Adapun penelitian ini membahas tentang hubungan resiliensi dengan kesepian lansia dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Populasi yang diteliti adalah lansia di BPSTW Ciparay dengan jumlah 150 lansia.