

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

*World Health Organization* (WHO) menjelaskan lansia adalah seorang yang memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan tahap akhir fase kehidupan manusia. Kelompok yang di kategorikan sebagai lansia ini di sebut juga sebagai *Aging Proses* atau proses penuaan.

Menurut Nugroho (2012) menjelaskan lansia adalah seorang yang sudah berusia 60 tahun dan tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar manusia baik secara jasmani,rohani maupun social karena factor tertentu. Dalam BKKBN (1995) dalam Mubarak,dkk ( 2012 ) menjelaskan lansia adalah seseorang yang sudah berusia 60 tahun dan sudah memiliki tanda terjadinya penurunan fungsi baik biologis, psikologis,social,dan ekonomi. Lanjut usia merupakan seorang yang sudah berumur 60 tahun dan tidak mampu mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya tiap hari (Ratnawati,2017). Dengan itu penjelasan-penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa lansia adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun keatas dan mangalami perubahan fungsi baik biologis,psikologis,social dan ekonomi sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar manusia termasuk dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan hidpunya setiap hari.

Dalam artikel Kementerian Kesehatan Indonesia mendapatkan data jumlah lansia di Indonesia mengalami peningkatan. Pada tahun 2010 di dapatkan data sebanyak 18 juta jiwa (7,56%) menjadi 25,9 jiwa (9,7 %) pada tahun 2019.

Kementerian Sosial menjelaskan dalam Reskesdas bahwa jumlah lanjut usia di Indonesia mencapai lebih dari 10% populasi penduduk .

Indonesia pada tahun 2020, di perkirakan akan semakin naik di tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%). Badan Pusat Statistik Jawa Barat melaporkan pada tahun 2017 jumlah lansia di Jawa Barat mencapai 4,16 Juta jiwa atau sebanyak 8,67% dari jumlah seluruh penduduk Jawa Barat. Meningkatnya jumlah lansia di Indonesia mengharuskan kita untuk memenuhi kebutuhan lansia dan menjadikan mereka lansia yang sehat, mandiri dan bahagia. Karena pada hakikatnya lansia akan mengalami beberapa perubahan untuk memenuhi kebutuhannya.

Perubahan yang terjadi pada lansia diantara perubahan fisiologis, fungsional, kognitif, dan psikososial. Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia dapat berdampak pada kehidupan sehari-hari yang dapat mempengaruhi kehidupan seorang lansia. Lansia mengalami perubahan psikososial sangat signifikan. Pada perubahan ini lansia mengalami proses transisi kehidupan dan kehilangan. Semakin bertambahnya usia seseorang maka akan semakin sering mengalami proses kehilangan.

Hasil penelitian Imam Subekti tahun 2017 menjelaskan dampak dari perubahan psikososial pada lanjut usia adalah sulitnya tidur, kegelisahan, dan kesepian . pada penelitian tersebut menjelaskan bahwa kesepian pada lansia sangat signifikan kesepian yang di rasakan karena kehilangan anggota keluarga dan teman sejawat, juga aktivitas yang terbatas.

Kesepian pada lansia Sullivan memandang kesepian bagaikan pengalaman subjektif yang tidak mengasyikkan serta yang bertabiat menekan. Kondisi ini diakibatkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan keakraban secara adekuat, khususnya keakraban interpersonal ( Feist& Feist, 2006). Dalam teori Peplau (1998) menjelaskan bahwa kesepian adalah keadaan menyedihkan karena tidak mampu memuaskan diri untuk melakukan hubungan social yang di inginkan dan hubungan social yang dimiliki.

Menurut Suardiman ( 2012), menjelaskan bahwa factor kesepian adalah berkurangnya interaksi social, aktivitas yang terbatas, kehilangan, kurangnya perhatian keluarga. Hal ini menjdi pencetus kesepian yang dirasakan oleh lansia.

Pada masa pandemi ini, kegiatan-kegiatan yang di lakukan oleh lansia cukup terbatas. Adanya pembatasan kontak fisik dengan lingkungan membuat lansia pada akhir nya harus melakukan kegiatan nya secara individualis. Untuk itu, kurang nya interaksi antara individu satu dengan yang lain nya membuat lansia merasa tidak memiliki teman untuk berbagi cerita.

Pada penelitian Rahmi (2015) menjelaskan bahwa kesepian dapat menyebabkan penyakit yang kompleks. Dalam penelitian Muhammad Angga Rifiyanto tahun 2018 menjelaskan National Council on Aging and Older People melaporkan bahwa prevalensi lansia di Amerika yang mengalami kesepian menunjukkan angka yang cukup tinggi sebanyak 62% lansia (Damayanti, 2013). Sedangkan di Indonesia sendiri persentase lansia yang mengalami kesepian ringan

## 1

sebanyak 69%, kesepian sedang 11%, kesepian berat 2%, dan sisanya sebanyak 16% tidak mengalami kesepian (Kemenkes, 2013).

Penelitian kementerian kesehatan (2018) mendapatkan perubahan psikologi pada lansia diantaranya, depresi, ansietas, dan kesepian. Dengan pravelensi depresi sebanyak 8,9 %, kesepian 70%, ansietas 26 % . Penelitian ini menjelaskan bahwa lansia dengan kesepian menjadi prevelensi tertinggi karena kesepian menjadi perubahan pertama yang dirasakan oleh lansia. Kehilangan nya teman sejawat, pasangan dan berpisah rumah dengan anak adalah factor kesepian yang paling sering dirasakan oleh lansia. Lansia yang mengalami kesepian akan sering menyendiri dan mengasingkan diri dari lingkungan social. Maka berdampak menjadi depresi dan ansietas.

Sedangkan pada penelitian Pengpid dan Pletzer (2019) menyatakan kesepian pada lansia di Indonesia terjadi 10,6 % (kadang-kadang atau 3-7 hari perminggu), dengan 11,0 pada wanita dan 10,1% pada pria. Jurnal juga menjelaskan bahwa kesepian ini diakibat kan oleh beberapa factor diantaranya tingkat pendidikan, status ekonomi rendah, pengalaman masa kanak-kanak yang merugikan, memiliki satu atau lebih kondisi kronis, kecacatan, dan kepercayaan lingkungan yang rendah. Pada hakikatnya kesepian menjadi hal yang lumrah yang dialami oleh lansia. Namun hal ini data berdampak buruk untuk lansia yang mengalami kesepian.

Efek yang dapat ditimbulkan dari kesepian diantaranya menurunnya kesehatan fisik dan kesehatan mental lansia. Kesepian pada lansia ini juga berdampak pada

perubahan psikologi yang di rasakan oleh lansia, diantaranya penurunan kognitif, insomnia, merasa terasingkan oleh lingkungan. Dalam menanggulangi kesepian pada lansia dapat di lakukan intervensi berupa terapi modalitas.

Pada lansia terapi modalitas yang dapat di lakukan adalah terapi keluarga, terapi berkebun, terapi music, terapi kognitif dan terapi keagaaman. Masingmasing dari terapi modalitas tersebut memiliki keuntungan masing-masing. Salah satunya terapi berkebun, yang memiliki fungsi sebagai cara untuk melatih focus, membuat fikiran rileks, meningkatkan kreativitas. Dalam penelitian Miftahuddin (2018) mendapatkan hasil bahwa terapi berkebun dapat meningkatkan kualitas hidup lansia sebesar 17 orang (68%), dan pada aspek psikologis peningkatan kualitas hidup pada lansia sebanyak 20 orang (80%).

Setelah melakukan studi pendahuluan di Panti Werdha Muhamadiyah Bandung, peneliti mendapatkan hasil fenomena kejadian kesepian pada lansia. Kesepian pada lansia diakibatkan karena kurangnya kegiatan yang di lakukan oleh lansia. Pengurus Panti Werdha Muhamadiyah mengatakan kegiatan yang biasa di lakukan oleh lansia pada masa pandemi ini hanya kegiatan pengajian yang di lakukan secara rutin. Kurangnya aktivitas yang di lakukan lansia menjadi penyebab terjadinya kesepian pada Lansia di Panti Werdha Muhamaadiyah Bandung. Setelah melihat fenomena yang terjadi di Panti Werdha Muhamadiyah Bandung peneliti melihat potensi yang dapat di lakukan untuk melakukan intervensi yang cocok untuk mengatasi kesepian pada lansia. Intervensi yang akan di lakukan berupa Terapi Berkebun. Lahan tanah yang kosong di sekitar asrama, media berkebun yang tersedia seperti cangkul, alat penyiram tanaman dan pot dapat dimanfaatkan untuk berkebun sebagai sarana intervensi pada lansia. Dengan

fenomena yang ada semakin menguatkan peneliti untuk melakukan intervensi yang dapat dilakukan dalam menangani kesepian pada lansia. Berdasarkan data yang didapatkan oleh peneliti dalam hasil studi pendahuluan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Terapi Modalitas Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Muhamadiyah Kota Bandung “.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang di atas, rumusan masalah di dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh terapi modalitas kegiatan sehari-hari (berkebun) terhadap kesepian pada lansia di panti werdha muhamadiyah bandung?”

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh terapi modalitas kegiatan sehari-hari (berkebun) terhadap kesepian pada lansia.

### **1.3.2. Tujuan Khusus.**

1. Mengetahui tingkat kesepian pada lansia sebelum dilakukan terapi modalitas.
2. Mengetahui tingkat kesepian pada lansia sesudah dilakukan terapi modalitas.
3. Mengetahui pengaruh terapi modalitas terhadap kesepian pada lansia.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritik

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan ilmu yang bermanfaat bagi pengembangan teori-teori dalam bidang psikologi perkembangan dan memberikan informasi secara khusus kaitannya pada lanjut usia.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai salah satu media pembelajaran dan referensi mengenai terapi modalitas kegiatan sehari-hari (berkebun) terhadap kesepian pada lansia.

#### 2. Bagi Panti Werdha

Sebagai bahan pertimbangan untuk menjadikan terapi berkebun sebagai kegiatan rutin yang dapat di gunakan pada waktu luang lansia.

#### 3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Sebagai bahan pertimbangan dan masukan untuk melaksanakan asuhan keperawatan terkait terapi modalitas kegiatan sehari-hari (berkebun) dalam penanganan kesepian pada lansia.

#### 4. Bagi Keperawatan

Sebagai bahan pertimbangan dan masukan untuk melakukan asuhan keperawatan bagi lanjut usia dalam menangani kesepian.

#### 5. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang cara menangani kesepian pada lansia dengan terapi modalitas kegiatan sehari-hari (berkebun).

#### 6. Bagi Peneliti

Dengan penelitian ini, peneliti dapat menambah pengalaman tentang pengaruh terapi modalitas kegiatan sehari-hari (berkebun) dan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti yang lain, khususnya penelitian terkait kesepian pada usia lanjut.

### **1.5. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian yang akan di lakukan ini merupakan melihat adanya pengaruh terapi berkebun terhadap kesepian yang dirasakan pada lansia di Panti Werdha Muhamadiyah Kota Bandung.