

# STUDI KOMPARATIF : TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI UNIT REHABILITASI SOSIAL PANTI WENING WARDOYO UNGARAN DAN LANSIA YANG TINGGAL DI KOMUNITAS

Iwan Sulistio Wibowo<sup>\*</sup>, Nurullya Rachma<sup>\*\*</sup>

- 1) Mahasiswa Jurusan Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro (email : iwansulistio7@gmail.com)
- 2) Dosen Departemen Keperawatan Jiwa dan Komunitas Jurusan Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro (email : nurullya\_r@yahoo.co.id )

## ABSTRAK

Kesepian merupakan perasaan dimana seseorang merasa terasing, tersisihkan, serta terpengaruh dari orang lain, dimana individu merasa ada ketidaksesuaian antara keinginan dan hasrat tentang hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan hubungan baik secara kualitas maupun kuantitas. penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbandingan tingkat kesepian pada lansia di unit rehabilitasi sosial (uresos) panti wening wardoyo ungaran dan lansia yang tinggal di komunitas kelurahan padangsari banyumanik. penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang bersifat komparatif. subyek penelitian adalah lansia berumur 60-90 tahun yang tidak memiliki pasangan hidup. sampel penelitian sebanyak 30 lansia di komunitas dan 56 di panti. pengambilan data menggunakan kuesioner ucla *loneliness scale* yang terdiri dari 20 pertanyaan. hasil analisis dengan menggunakan uji *mann-whitney u* diperoleh hasil *p value*  $(0,022) < \alpha (0,05)$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga menunjukkan ada perbedaan tingkat kesepian pada lansia di komunitas dan panti werdha. peneliti menyarankan untuk dilakukan lagi penelitian serupa untuk lebih menggali factor-faktor terkait kesepian dan membandingkannya antara di komunitas dan panti werdha.

Kata kunci : kesepian , lansia, panti werdha dan komunitas

## PENDAHULUAN

Kesepian adalah perasaan tidak menyenangkan dalam diri seseorang akibat kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang tidak memuaskan serta adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial pada kenyataan (Perlman & Peplau, 1998). Menurut Bruno (2000), kesepian merupakan keadaan mental dan emosional yang dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan berkurangnya hubungan bermakna dengan orang lain, yang selanjutnya akan diikuti oleh berbagai macam emosi negatif seperti depresi, kecemasan, perasaan tidak bahagia, ketidakpuasan serta menyalahkan diri.

Kesepian yang dialami oleh lansia lebih menekankan pada berkurangnya kontak dan peran sosial dalam keluarga, masyarakat, dan lingkungan kerja (Suardiman, 2011). Kontak sosial adalah hubungan antara satu pihak dan pihak lain. Faktor lain yang menambah masalah kesepian lansia di keluarga adalah ditinggalkannya bentuk keluarga luas (*extended family*) menuju keluarga inti (*nuclear family*). Pola perkembangan keluarga seperti ini membuat anak-anak terlalu sibuk dengan permasalahannya sendiri yang mengakibatkan lansia yang berada di rumah merasa tersisihkan kemudian berujung kesepian (Suardiman, 2011, Rosita, 2012).

Kesepian yang dialami lansia juga disebabkan karena lansia hidup sendiri tanpa mempunyai pasangan. Penelitian yang dilakukan Kivett (1979) (dalam Hazer & Boylu) dengan responden lansia yang tinggal sendiri baik karena perceraian atau karena ditinggal mati pasangannya ternyata mempunyai tingkat kesepian yang lebih tinggi daripada lansia yang masih tinggal bersama pasangannya. Penelitian-penelitian tersebut belum dapat membedakan tingkat kesepian lansia yang ditinggal pasangannya, dalam hal ini janda atau duda, yang tinggal di panti werdha dan yang tinggal di komunitas.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu metode penelitian dengan

menganalisis data secara statistik. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yang bersifat komparatif. Rancangan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kesepian lansia yang berada di Unit Rehabilitasi Sosial Panti Wening Wardoyo Ungaran dan lansia yang tinggal di komunitas Kelurahan Padangsari Kecamatan Banyumanik, Semarang.

Jumlah sampel yang didapatkan di panti sebanyak 56 responden dari 89 penghuni Uresos Panti Wening Wardoyo Ungaran sedangkan yang di komunitas sebanyak 30 lansia yang berada di Kelurahan Padangsari Banyumanik, sehingga jumlah semua sampel ada 86 lansia.

Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner tingkat kesepian UCLA *Loneliness Scale Revised 3* yang disusun oleh Peplau dan Russel yang berfungsi menggali perasaan-perasaan terkait kesepian, terdiri dari 20 pertanyaan dengan 11 pertanyaan bersifat negatif (menunjukkan kesepian) dan 9 pertanyaan bersifat positif (menunjukkan tidak kesepian).

Selanjutnya data diolah dan dianalisis dengan menggunakan Uji Mann-Whitney U Test untuk mendapatkan kesimpulan apakah terdapat perbedaan tingkat kesepian antara lansia di panti werdha dan di komunitas atau tidak.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesepian Lansia Di Komunitas (n= 30)

No	Tingkat Kesepian	Jumlah	Prosentase
1.	Tidak kesepian	8	26,7%
2.	Kesepian ringan	17	56,7%
3.	Kesepian sedang	4	13,3%
4.	Kesepian berat	1	3,3%
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100 %</b>

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesepian Lansia Di Panti Werdha (n=56)

No	Tingkat Kesepian	Jumlah	Prosentase
1.	Tidak kesepian	5	8,9%
2.	Kesepian ringan	32	57,1%
3.	Kesepian sedang	17	30,4%
4.	Kesepian berat	2	3,6%
<b>Total</b>		<b>56</b>	<b>100 %</b>

Tabel 3. Perbedaan Tingkat Kesepian Pada Lansia Yang Tinggal di Panti Werdha dan yang Tinggal di Komunitas.

Kategori Tingkat Kesepian	Lansia di Komunitas (n=30)	Lansia di Panti (n=56)	P Value	Z
Tidak kesepian	8 (26,7%)	5 (8,9%)	0.022	-2,294
Kesepian ringan	17 (56,7%)	32 (57,1%)		
Kesepian sedang	4 (13,3%)	17 (30,4%)		
Kesepian berat	1 (3,3%)	2 (3,6%)		

Tabel 3 menunjukkan perbandingan tingkat kesepian lansia yang berada di panti werdha dan yang berada di komunitas dengan menggunakan Uji statistik non parametric Mann-Whitney U Test, diperoleh hasil *p value* (0,022) <  $\alpha$  (0,05). Kriteria pengambilan keputusan kedua diperoleh nilai Z hitung < Z tabel pada taraf kepercayaan 5 % atau  $-2,294 < -1,96$ . Kesimpulannya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka ada perbedaan tingkat kesepian pada lansia yang tinggal di Uresos Wening Wardoyo Ungaran dan yang tinggal di Kelurahan Padangsari Kecamatan Banyumanik.

## DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia di komunitas mengalami tingkat kesepian ringan dengan prosentase jumlah sebesar 56,7% (17 responden). Tingkat kesepian ringan berada pada rentang 35-49 pada skala UCLA *Loneliness Scale*. Hal ini dikarenakan lansia di

komunitas menyatakan tidak mempunyai masalah atau hambatan dengan kehidupan bersosialnya. Lansia masih sanggup dan semangat untuk melanjutkan kehidupan mereka walaupun mereka tinggal sendirian dirumahnya. Sebagian besar lansia menyatakan masih aktif berkegiatan sosial misal kegiatan RT, RW, kegiatan keagamaan misal pengajian, dan bahkan masih sanggup bekerja di pasar. Kontak sosial mempengaruhi tingkat kesepian pada lansia, yaitu semakin tinggi kontak sosial lansia maka tingkat kesepian akan semakin rendah (Routasalo, 2006).

Hasil penelitian juga menunjukkan 26,7% lansia yang berada di komunitas tidak merasa kesepian. Hal ini dapat dikaitkan dengan tingkat kesehatan pada lansia. Hampir semua lansia di komunitas tidak mempunyai masalah yang serius dengan kesehatannya, alasan ini juga yang membuat lansia semakin tidak merasa kesepian. Hal ini didukung oleh penelitian Wenz (dalam Hazer & Boylu, 2010) yang menyatakan bahwa masalah kesehatan mempunyai hubungan dengan tingkat kesepian yaitu semakin kompleks penyakit yang diderita maka semakin merasa kesepian.

Sebesar 93,3% dari lansia komunitas adalah wanita yang tinggal sendirian di rumahnya. Mereka enggan untuk ikut tinggal bersama anaknya dan lebih memilih untuk tinggal sendiri dirumahnya karena mereka merasa masih sanggup untuk mengurus diri sendiri dan tidak mau merepotkan anaknya yang telah berkeluarga. Lansia yang sering mengunjungi teman atau keluarganya lebih tidak merasakan kesepian (Hazer & Boylu, 2010). Lansia di komunitas Padangsari juga memiliki kebiasaan mengunjungi cucu mereka sehingga dapat mengurangi rasa kesepian yang mereka alami.

Hasil distribusi frekuensi kesepian di panti menunjukkan mayoritas tingkat kesepian yang dialami lansia di panti werdha adalah kesepian ringan yaitu sebesar 57,1% (32 orang). Hal ini disebabkan sebagian lansia di panti werdha mengatakan sudah merasa cukup nyaman dengan kondisi panti saat ini. Faktor lain yaitu lingkungan panti yang kondusif

semakin membuat terjalinnya ikatan persaudaraan yang sangat erat antara lansia terutama bagi lansia yang tinggal satu wisma. Hal tersebut dapat terlihat saat dilakukannya wawancara oleh peneliti, sebagian besar lansia menyatakan sangat betah berada di panti meskipun sudah tidak memiliki keluarga karena tergantikan oleh adanya lansia seusianya. Lansia lebih merasa senang berada di wisma tempat mereka tinggal karena sarana dan prasarana mereka tercukupi dengan baik. Mariani dan Kadir (dalam Neti, 2008) menjelaskan bahwa faktor lingkungan seperti sarana dan prasarana yang disediakan panti serta aktivitas bersama secara tidak langsung juga berperan mengurangi tingkat kesepian.

Tabel perbandingan tingkat kesepian menunjukkan bahwa 56,7% lansia di komunitas dan 57,1% lansia di panti memiliki tingkat kesepian ringan. Hal ini menunjukkan prosentase tingkat kesepian ringan lansia yang ada di komunitas dan di panti tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Hal ini dikarenakan tidak ada perbedaan tingkat partisipasi sosial cukup antara lansia di komunitas dan yang di panti werdha (Fitri, 2011).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 26,7% lansia di komunitas tidak mengalami kesepian, sedangkan lansia di panti yang tidak mengalami kesepian hanya sebesar 8,9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa jumlah lansia yang tidak mengalami kesepian lebih besar pada lansia di komunitas dibanding dengan yang berada di panti werdha. Kesepian sendiri mempunyai hubungan dengan bagaimana lansia memaknai hidupnya, sedangkan lansia yang tinggal di komunitas memiliki makna hidup yang lebih tinggi daripada lansia yang berada di panti werdha (Cahyawati, 2010).

Perbedaan tingkat kesepian pada lansia di komunitas dan di panti memiliki banyak faktor. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa 20% (10 responden) yang berada di komunitas menyatakan tidak pernah merasa cocok dengan orang disekitarnya sedangkan responden yang berada di panti 32,1% (18 responden) menyatakan hal yang sama. Hasil penelitian juga menyebutkan sebesar 6,7% lansia yang berada di komunitas menyatakan selalu

merasa tidak dekat dengan siapapun, sedangkan 14,3% lansia di panti werdha yang menyatakan selalu tidak dekat dengan siapapun. Dykstra (dalam Sari Hayati, 2010) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi tingkat kesepian pada lansia. Dukungan sosial ini dapat dikaitkan dengan kedekatan hubungan antara lansia dengan teman atau orang yang sudah dianggap sebagai keluarga. Kualitas hubungan sosial pada lansia juga mempengaruhi kesepian. Lansia yang memiliki kualitas hubungan (kedekatan) dengan orang lain lebih tinggi cenderung akan memiliki tingkat kesepian yang rendah (Routasalo, 2006).

Lansia yang tinggal di panti werdha pada umumnya adalah lansia terlantar yang jauh dari anak dan cucu, akan cenderung kurang dapat memaknai hidup, mereka menjalani hidup kurang semangat, kurang optimis, dan merasa kesepian atau hampa, kurang memiliki tujuan yang jelas baik jangka pendek maupun jangka panjang, kurang bertanggung jawab terhadap diri sendiri, lingkungan dan masyarakat.

## KESIMPULAN

Tingkat kesepian lansia di komunitas Kelurahan Padangsari sebagian besar mengalami kesepian ringan dengan prosentase 56,7%, sedangkan yang tidak kesepian sebesar 26,7%. Tingkat kesepian lansia di Uresos Panti Wening Wardoyo sebagian besar mengalami kesepian ringan dengan prosentase 57,1%, sedangkan yang tidak kesepian sebesar 8,9%. Ada Perbedaan tingkat kesepian antara lansia yang tinggal di Unit Rehabilitasi Sosial Panti Wening Wardoyo Ungaran dan Lansia yang tinggal di komunitas Kelurahan Padangsari Banyumanik.

Masyarakat yang tinggal bersama lansia diharapkan dapat meningkatkan perhatian dan dukungan kepada lansia disekitarnya. Dukungan ini meliputi dukungan untuk meningkatkan interaksi sosial oleh lansia dan memberikan bantuan ketika lansia membutuhkan. Hal ini diharapkan lansia yang hidup sendiri dapat lebih termotivasi untuk meningkatkan interaksi sosial, sehingga dapat mengurangi tingkat kesepian. Khusus lansia yang berada

di panti, kebanyakan dari mereka adalah orang baru yang berasal dari jalanan atau mempunyai ekonomi kurang, mereka masuk ke lingkungan panti dengan berbagai permasalahan yang mereka bawa, masih ada diantara mereka merasa kurang cocok dengan teman-teman sekamar atau sewismana sehingga banyak juga yang memendam rasa benci kepada teman-temannya. Alangkah baiknya jika panti mengadakan acara yang bersifat menghibur agar lansia yang baru datang cepat beradaptasi dan yang telah lama tinggal juga tidak bosan dengan lingkungan panti. Rekreasi ke tempat wisata juga perlu dilakukan misal 6 bulan sekali karena umumnya lansia yang masih aktif menyukai untuk berwisata atau bepergian.

Selain itu penyuluhan kepada petugas panti mengenai terapi kelompok diperlukan untuk meningkatkan kualitas asuhan pada lansia di panti werdha. Hal ini diharapkan agar lansia yang berada di panti dapat lebih nyaman dan betah berada di panti sehingga rasa kesepian maupun perasaan terbuang dapat hilang.

Selanjutnya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan acuan untuk peneliti selanjutnya agar lebih dalam lagi dalam penggalian faktor-faktor terkait kesepian. Penelitian yang bersifat kualitatif lebih disarankan karena penelitian kuantitatif dengan pertanyaan pada kuesioner kurang dapat menjelaskan lebih dalam lagi setiap faktor yang menyebabkan kesepian, misalnya ketidakcocokan antar lansia, bentuk rasa kesepian yang dialami lansia, serta perasaan ditinggalkan yang dialami lansia. Hasil tersebut kemudian dibandingkan antara lansia yang di komunitas dan di panti werdha.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ns. Nurullya Rachma, S.Kep., M.Kep.,  
Sp.Kep.Kom, selaku dosen pembimbing  
Rita Hadi  
Widyastuti., S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Kom  
selaku dosen penguji  
Agus Santoso., S.Kp., M.Kep selaku dosen  
penguji  
Seluruh Staf Unit Rehabilitasi Sosial Panti  
Wening Wardoyo Ungaran

Seluruh pihak yang telah membantu dalam pembuatan karya ilmiah ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Siti Maryam R, et al. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perlman D, Peplau LA. (1998). *Loneliness. Encyclopedia of Mental Health*.
- Bruno, F. J. *Menaklukkan Kesepian*. (2000). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Suardiman, S. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gajahmada University Press.
- Rosita. (2012). *Stressor Sosial Biologi Lansia Panti Werdha Usia dan Lansia Tinggal Bersama Keluarga*. Jurnal Fakultas Psikologi Unair.
- Routasalo, Savikko N, Tilvis R. (2006). *Social Contacts and Their Relationship to Loneliness among Aged People-A Population-Based Study*. Karger : Finland.
- Hazer, Boylu AA. (2010). *The Examination of The Factor Affecting The Feeling of Loneliness of The Elderly*. Procedia: Science and Behavioral Science.
- Hayati S. (2010). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Cahyawati R, dkk. (2010). *Perbedaan Makna Hidup Pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Dengan yang Tinggal Bersama Keluarga*.
- Neti J, Eka S, Damayanti A. (2008). *Gambaran Jenis dan Tingkat Kesepian Pada Lansia*. Skripsi. Bandung: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjajaran.
- Fitri, A. (2011). *Kejadian dan Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia : Studi Perbandingan Di Panti Werdha dan Komunitas*. Skripsi. Universitas Diponegoro.
- Oktaria. *Kesepian Pada Pria Usia Lanjut Yang Melajang*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.