

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Aging Process atau familiar disebut dengan proses penuaan, dimana penuaan merupakan suatu kondisi alamiah, bersifat umum dan wajar yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu yang dikarunia umur panjang. Tahapan penuaan merupakan tahap akhir dari fase kehidupan. Kelompok yang mengalami proses penuaan merupakan kelompok lanjut usia (lansia). Memasuki masa lansia dipastikan pula akan mengalami perubahan baik fisik, mental serta perubahan sosial. Menurut Undang-Undang (UU) Kesehatan No. 23 tahun 1992 dalam (Nyandra, 2019) menyebutkan bahwa lansia merupakan orang yang karena usianya akan mengalami perubahan biologik, fisik, kejiwaan, dan sosial. Kesehatan lansia perlu mendapat perhatian supaya dapat hidup produktif sesuai kemampuan dan dapat berperan dalam masyarakat.

Dikutip dari (Kementerian Kesehatan RI, 2024) menyebutkan bahwa saat ini Indonesia memasuki fase *aging population* yang berarti proporsi penduduk lanjut usia semakin tahun semakin meningkat. Data Sensus Penduduk Indonesia pada tahun 2023, jumlah lansia sebanyak 12 persen atau sekitar 29 juta jiwa. Data tersebut diperkirakan akan naik dua kali lipat lebih banyak pada tahun 2045. Banyaknya jumlah lansia dengan diikuti tren kenaikan setiap tahun diperlukan upaya untuk menjaga kesehatan lansia agar tetap sehat, aktif, dan bahagia. Menurut Badan Pusat Statistik, provinsi Jawa Timur menduduki peringkat kedua dengan jumlah lansia terbanyak yaitu sebanyak 13,57 persen

dari keseluruhan penduduk. Khususnya di Kabupaten Tulungagung jumlah lansia pada tahun 2019 sebanyak 15,44 persen dari keseluruhan total penduduk dan meningkat pada tahun 2020 sebanyak 15,94 persen atau sekitar 173.710 jiwa.

Berdasarkan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa jumlah lansia semakin banyak maka diharapkan lansia dapat tetap sehat dan produktif. Dengan meningkatnya populasi lansia di Indonesia, diperlukan strategi yang terintegrasi antara pemerintah, masyarakat, dan keluarga untuk mendukung lansia agar tetap aktif, sehat, dan bahagia. Program-program intervensi yang melibatkan peran keluarga dan mendorong interaksi sosial yang positif perlu terus dikembangkan. Dengan begitu, lansia dapat menjalani masa tua mereka dengan penuh makna, merasa dihargai, serta memiliki kualitas hidup yang baik. Lansia merupakan tahap perkembangan terakhir dalam rentang kehidupan seseorang. Perubahan dan adaptasi dalam menjalani kehidupan sehari-hari akan sangat dirasakan seiring dengan menurunnya kondisi fisik, sosial dan psikologis. Seiring dengan bertambahnya usia terjadilah perubahan fisik maupun psikologis, terkait perubahan tersebut maka akan muncul permasalahan pada lanjut usia.

Masalah psikologi yang dialami lansia menyebabkan perubahan emosi, pikiran dan perilaku pada lansia. Masalah kesehatan mental yang terjadi pada lansia sering terabaikan, padahal masalah tersebut dapat menyebabkan para lansia mengalami penurunan kualitas hidup. Perubahan psikologi yang dialami oleh lansia meliputi kesepian, demensia, gangguan tidur, kecemasan, depresi

dan panik, (Australian Psychology Society tahun 2018 dalam Sumarsih, 2023). Kesepian yang terjadi dapat mengarah kepada depresi, cemas dan secara kognitif bisa mengakibatkan demensia atau kepikunan, (Lilis Maghfuroh S. Kep. et al., 2023). Kesepian merupakan perasaan kosong atau sunyi yang tidak menyenangkan sehingga dapat menyebabkan penderitaan bagi setiap orang karena seseorang merasa tersisih, sehingga mengakibatkan turunnya tingkat kepercayaan diri, ketergantungan kepada orang lain dan merasa terlantar (Lilis Maghfuroh S. Kep. et al., 2023).

Perasaan kesepian karena merasa hidup sendiri, walaupun sebenarnya di tengah lingkungan yang cukup nampak bahagia. Dirinya merasa terasing tidak sejalan lagi dengan pemikiran karena dirasakan adanya perbedaan-perbedaan yang terlalu sukar untuk mengadakan penyesuaian terutama masalah psikis sehingga tidak dapat diselesaikan secara baik. Hal-hal demikian menambah dirinya semakin terganggu sehingga tidak sedikit dari mereka pula jatuh ke dalam gangguan jiwa tertentu. Menurut (Nasrun, 2024) menyebutkan bahwa depresi bisa berawal dari kesepian (*loneliness*) yang dapat berlanjut menjadi demensia, merupakan masalah kesehatan mental yang harus segera ditindaklanjuti.

Penyebab terjadinya kesepian pada lansia salah satunya adalah adanya perubahan sosial, lansia merasa kontak sosial atau interaksi dengan orang terdekat maupun dengan masyarakat menjadi berkurang. Hal lain yang menyebabkan perasaan kesepian (*loneliness*) adalah tanpa pasangan (ditinggal hidup maupun mati), anak sudah sibuk bekerja ataupun sibuk dengan

kehidupannya, meninggalnya teman-teman seangkatan, hingga muncul stigma bahwa lansia merupakan makhluk lemah dan berujung untuk mengurung diri di rumah (Adriani & Itqoniah, 2020). Para lanjut usia pada dasarnya membutuhkan perhatian karena lanjut usia membutuhkan kehangatan, dihargai, dan adanya jalinan hubungan sosial.

Keluarga merupakan orang terdekat yang memiliki hubungan dengan lansia. Dukungan keluarga salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologi lansia. Namun tidak semua lansia mendapat dukungan keluarga yang memadai. Beberapa lansia mengalami hubungan yang kurang harmonis dengan keluarga, keluarga terlalu sibuk sehingga tidak memberikan perhatian. Keluarga merupakan sistem pendukung utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Salah satu upaya keluarga yang dapat dilakukan adalah memberikan dukungan. Dukungan biasanya diterima dari lingkungan sosial yaitu orang-orang yang dekat, termasuk di dalamnya adalah anggota keluarga. Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari efek stres yang buruk dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Kurangnya dukungan keluarga saat lansia sakit juga akan meningkatkan kesepian pada lansia tersebut dan sebaliknya kesepian juga akan memperparah kondisi penyakit lansia. Salah satu cara untuk membantu mengurangi kesepian adalah dengan adanya dukungan keluarga dan orang-orang disekitarnya, (Marini & Hayati, 2020).

Melakukan interaksi sosial dengan orang sekitar memiliki peran penting dalam kehidupan lansia. Lansia yang memiliki jaringan sosial yang luas, baik

melalui keluarga, teman, atau komunitas, cenderung memiliki kesempatan lebih besar untuk mempertahankan kesehatan mental yang baik. Hubungan sosial ini membantu mereka merasa diterima, dihargai, dan memiliki tujuan. Sebaliknya, lansia yang mengalami penurunan interaksi sosial seringkali merasa terisolasi, yang merupakan salah satu faktor penyebab kesepian. Lansia yang memiliki interaksi sosial yang baik tidak akan merasa kesepian dalam hidupnya dan hal ini tentu dapat meningkatkan kualitas hidupnya, (Nindawi & Nugrahani, 2023).

Keterlibatan sosial mempunyai efek yang positif pada kesejahteraan emosional lansia dan kesehatan fisik serta diprediksi dapat menurunkan resiko kematian. Upaya untuk meningkatkan kesehatan mental lansia salah satunya yaitu dengan menjaga interaksi sosial dengan baik. Bagi lansia, mempertahankan pertemanan dengan teman-teman sebaya sama pentingnya dengan menjalin pertemanan atau hubungan baik dengan kelompok usia lebih muda (Minarti et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh (Iqbal S et al., 2023) menyebutkan bahwa lansia yang aktif dengan keterlibatan sosial memiliki semangat dan kepuasan hidup yang tinggi serta kesehatan mental baik dan lebih positif dari lansia yang kurang terlibat secara sosial.

Antara dukungan keluarga dan interaksi sosial masing-masing memiliki kaitan dengan terjadinya kesepian pada lansia. Kedua aspek tersebut memiliki hubungan erat dan saling mempengaruhi terhadap kesejahteraan dan kesehatan mental lansia. Dukungan dari keluarga dapat sebagai fasilitator lansia melakukan interaksi sosial. Dukungan keluarga merupakan hal penting bagi lansia terutama dalam mencegah terjadinya masalah kesehatan mental pada

lansia karena dukungan keluarga yang baik akan menyebabkan lansia merasa bersemangat dan menjalankan komunikasi dan berinteraksi sosial dengan baik (Andriyani et al., 2019). Dukungan keluarga menjadi fondasi utama dalam memberikan rasa aman, perhatian, dan cinta yang dibutuhkan lansia.

Interaksi sosial yang dilakukan lansia dengan orang-orang sekitar dapat memberikan mereka rasa keterhubungan dan tujuan hidup yang lebih besar. Penelitian sebelumnya seperti yang dilakukan oleh (Iqbal S et al., 2023) menyebutkan bahwa lansia yang aktif secara sosial dan mendapat dukungan keluarga cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik. Kedua faktor ini saling melengkapi dan penting dalam mencegah kesepian masalah kesehatan mental lainnya pada lansia.

Surve awal yang dilakukan peneliti di RT 01 RW 02 Desa Sendang Kecamatan Sendang telah dilakukan wawancara dengan beberapa lansia dan diperoleh informasi bahwa 6 dari 10 lansia merasa kurang mendapatkan perhatian dari anaknya dikarenakan anaknya sibuk bekerja, lansia merasa sepi karena ditinggal anaknya yang sudah tidak tinggal serumah, dan lansia tidak melakukan kontak sosial dan merasa sedih karena alasan kesehatan. Dari survei awal tersebut dapat dikatakan bahwa lansia di RT 01 RW 02 Desa Sendang mengalami kesepian. Sejalan dengan Nai'imah, 2021 dalam Lilis Maghfuroh S. Kep. et al., 2023, kesepian merupakan perasaan kosong atau sunyi yang tidak menyenangkan sehingga dapat menyebabkan penderitaan.

Pertumbuhan populasi lansia yang diperkirakan semakin tahun semakin bertambah, hal tersebut juga akan meningkatkan resiko terjadinya kesepian.

Diketahui bahwa dampak kesepian dapat memunculkan masalah fisik maupun mental seperti meningkatkan resiko penyakit jantung, depresi hingga kematian, (Donovan dan Blazer dalam Ns. Bayu Azhar. et al., 2023). Maka dari itu perlu diketahui apakah ada pengaruh dukungan keluarga dan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian lansia.

Pemilihan lokasi penelitian di RT 01 RW 02 Desa Sendang, Kecamatan Sendang, Tulungagung, didasarkan pada data populasi lansia di Kabupaten Tulungagung yang mencapai 173.710 jiwa, atau sekitar 15,94% dari total penduduk. Berdasarkan survei awal, ditemukan bahwa beberapa lansia di RT 01 RW 02 merasa kurang mendapat perhatian dari keluarga, mengalami kesedihan, dan kesedihan yang signifikan, yang merupakan faktor risiko utama terjadinya kemiskinan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis apakah dukungan keluarga dan interaksi sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kesetaraan lansia di wilayah ini.

Beberapa penelitian tentang pengaruh dukungan keluarga dan interaksi sosial lansia terhadap tingkat kesepian pada lansia telah dilakukan namun masih terbatas. Berdasarkan uraian di atas, mengingat semakin tingginya jumlah lansia dan berbagai tantangan yang dihadapi lansia, perhatian terhadap kesehatan mental mereka harus menjadi perhatian. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh dukungan keluarga dan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian pada lansia. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran kedua

faktor tersebut dalam mencegah kesepian serta memberikan rekomendasi yang dapat mendukung peningkatan kualitas hidup lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh dukungan keluarga dan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian lansia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh dukungan keluarga dan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian pada lansia di RT 01 RW 02 Desa Sendang Kecamatan Sendang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a) Menganalisis dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian pada lansia.
- b) Menganalisis interaksi sosial terhadap tingkat kesepian pada lansia.
- c) Menganalisis tingkat kesepian pada lansia.
- d) Menganalisis pengaruh dukungan keluarga dan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi ilmu pengetahuan, khususnya pada bidanh Kesehatan Masyarakat dalam strategi Promosi Kesehatan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia

melalui dukungan keluarga dan interaksi sosial. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengembangkan program kesehatan untuk upaya pencegahan masalah kesepian pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

a) Bagi Keluarga

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna bagi keluarga dalam memberikan dukungan kepada lansia untuk mencegah kesepian.

b) Bagi Layanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat bagi pelayanan kesehatan untuk mengembangkan program intervensi dalam mendukung kesehatan mental lansia.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian ini dengan judul “Pengaruh Dukungan Keluarga dan Interaksi Sosial terhadap Tingkat Kesepian Lansia” merupakan karya asli penulis yang hingga penulisan saat ini belum ditemukan judul yang sama dengan penelitian ini. Beberapa penelitian yang ditemukan membahas dukungan keluarga dan interaksi terhadap kesepian lansia secara masing-masing. Pada penelitian ini menggabungkan kedua variabel tersebut untuk menganalisis pengaruhnya terhadap tingkat kesepian lansia.

Tabel 1.1 Penelitian serupa yang telah dilakukan

No.	Nama Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan
1.	Ramadhan Putra Satria, Nurhakim Yudhi Wibowo	Pengalaman Kesenian pada Lansia : <i>SYSTEMATIC REVIEW</i>	Kesenian merupakan masalah pada lansia yang harus mendapat perhatian dari tenaga kesehatan terutama perawat.	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu, Design Penelitian
2.	Hanifah, Dian Dwiana Maydinar, Marsiah	Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesenian (Loneliness) pada Lansia di Puskesmas Karang Dapo	Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kesenian pada lansia di Puskesmas Karang Dapo Kabupaten Muratara dengan kategori sedang.	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu
3.	Chika Jonita Lestarie Pospos, Dahlia, Maya Khairani, Afriani	Dukungan Sosial dan Kesenian Lansia di Banda Aceh	Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial (baik elemen <i>perceived availability</i> maupun <i>satisfaction with available support</i>) dengan kesenian pada lansia	Judul, Variabel, Tempat, Waktu
4.	Saidatul Faujiah, Adesulistyawati, Suaib	Hubungan Interaksi Sosial dengan Tingkat Kesenian pada Lansia di Panti Jompo	Hubungan interaksi sosial dapat mempengaruhi tingkat kesenian pada lansia, sehingga lansia sangat diharapkan untuk dapat aktif mengikuti kegiatan yang ada di panti yang bertujuan untuk meningkatkan interaksi sosial dengan lansia lain maupun dengan perawat dan	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu

No.	Nama Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan
			menghindari perasaan kesepian pada lansia	
5.	Witon, Leya Indah Permatasari, Rizaluddin Akbar	Studi Hubungan Interaksi Sosial terhadap Tingkat Kesepian Lansia	Terdapat hubungan positif antara tingkat interaksi sosial dan tingkat kesepian lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Klampok Brebes	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu
6.	Marizki Putri, Yasherly Bachri, Siska Damaiyanti	Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesepian yang Dialami Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Nan Balimo	Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesepian pada lansia. Dukungan sosial keluarga berpengaruh secara negatif dengan kekuatan korelasi lemah terhadap kesepian lansia	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu
7.	Erfiyanti, Titin Nur Cahyati, Rasyifa Widiyana Putri, Anindita Tessa Noveli, Laela A, Siti Hikmah	Analisis <i>Loneliness</i> pada Lansia di Panti Wreda Harapan Ibu	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kehilangan pasangan hidup, interaksi sosial yang terbatas, perasaan diabaikan, dan perasaan tidak berguna merupakan faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia di panti jompo.	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu
8.	Anisya Rizky Kartika, Nunung Herlina	Hubungan Antara <i>Loneliness</i> dengan Perilaku Lansia : <i>Literature Review</i>	Terdapat hubungan bermakna antara <i>loneliness</i> dengan perilaku lansia	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu, Design Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan
9.	Eva Fitriana, Rina Puspita Sari, Wibisono	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kesenian pada Lansia	Terdapat hubungan bermakna antara <i>loneliness</i> dengan perilaku lansia	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu
10.	Yulia Devi Putri	Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesenian Lansia di Kota Batam	Dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan 7.2% terhadap kesenian sedangkan 92.8% dipengaruhi oleh faktor lain.	Judul, Variabel, Instrumen, Tempat, Waktu