

# HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN HARGA DIRI PADA LANSIA DI DESA GEBUGAN KECAMATAN BERGAS KABUPATEN SEMARANG

Puji Wahyu Lestari<sup>1</sup>, Liyanovitasari<sup>2</sup>, Yunita Galih Yudanari<sup>3</sup>  
Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo Ungaran  
Email : [pujilestari600@gmail.com](mailto:pujilestari600@gmail.com)

## ABSTRAK

Kesepian pada terjadi akibat hubungan interpersonal saat ini tidak sesuai dengan harapan sehingga menjadi pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan. Kesepian pada lansia terkait dengan pikiran-pikiran negatif individu seperti merasa terasing, terkucil, merasa tidak mempunyai harapan, merasa harga diri rendah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas. **Metode** : Jenis penelitian adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional design*. Populasi penelitian ini adalah 595 lansia di Desa Gebugan. Sampel penelitian ini yaitu 86 responden dengan teknik pengambilan sampel *propotionate random sampling*. Instrument kesepian yaitu kuisioner *UCLA version 3* dan instrumen harga diri yaitu kuisioner Rosenberg. Analisis data penelitian menggunakan uji *Kendall's Tau*. **Hasil** : Hasil penelitian yaitu lansia dengan kesepian berat sebanyak 14 responden (16,3%), kesepian sedang sebanyak 41 responden (47,7%), dan kesepian ringan sebanyak 31 responden (36,0%). Lansia dengan harga diri normal sebanyak 37 responden (43%) dan harga diri rendah sebanyak 49 responden (57%). Penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas dengan *p-value* 0,025 ( $\alpha < 0,005$ ). **Saran** : Diharapkan lansia bisa meningkatkan aktivitas dengan mengikuti kegiatan kemasyarakatan, meningkatkan spiritual dan lebih meningkatkan komunikasi dengan anggota keluarga untuk mengurangi kesepian dan merasa rendah diri.

**Kata Kunci** : Kesepian, Harga Diri, Lansia

# **A CORRELATION BETWEEN LONELINESS AND SELF-ESTEEM OF ELDERLY PEOPLE IN GEBUGAN VILLAGE, BERGAS, OF SEMARANG REGENCY**

## **ABSTRACT**

Loneliness due to interpersonal relationships which is not currently in line with expectations so it becomes an unpleasant subjective experience. Loneliness in the elderly is associated with negative individual thoughts such as feeling isolated, isolated, feeling hopeless, feeling low self-esteem. The purpose of this study was to determine the relationship between loneliness and self-esteem in the elderly in Gebugan Village, Bergas District. **Method:** This type of research was descriptive correlational with *cross sectional design* approach. The population of this study was 595 elderly people in Gebugan Village. The samples of this research were 86 respondents with *propotionate random sampling* technique. The lonely instrument the UCLA version 3 questionnaire and the self-esteem instrument the Rosenberg questionnaire. Analysis of research data using the *Kendall's Tau* test. **Results:** The results of the study showed that elderly with severe loneliness of 14 respondents (16.3%), moderate loneliness of 41 respondents (47.7%), and mild loneliness of 31 respondents (36.0%). The elderly with normal self-esteem are 37 respondents (43%) and low self-esteem are 49 respondents (57%). This study has a significant correlation between loneliness and self-esteem in the elderly people in the village of Gebugan, District of Bergas with a p-value of 0.025 ( $\alpha < 0.005$ ). **Suggestion:** It is expected that the elderly can increase their activities by participating in social activities, improve their spiritual and improve communication with family members to reduce loneliness and low self-esteem.

**Keywords:** loneliness, self-esteem, elderly

## PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada Bab I pasal 1 ayat 2, yang di maksud lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas. Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan (Dewi, 2014). Di Indonesia jumlah lansia mengalami peningkatan dari tahun 2000 sebanyak 15.262.199 jiwa dengan presentase (7,28%), tahun 2005 menjadi 17.767.709 jiwa dengan presentase (7,97%) dan pada tahun 2010 meningkat juga menjadi 19.936.895 jiwa dengan presentasi (8,48%), (Padila 2013) (Badan Statistik Indonesia, 2014).

Lanjut usia bukanlah suatu penyakit namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang akan dijalani semua individu, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan lingkungan, seiring dengan penambahan usia, lansia akan mengalami proses degeneratif baik dari segi fisik maupun segi mental (Muhith & Siyoto, 2016). Menurut Desmita (dalam Khairani, 2010) menyatakan bahwa beberapa masalah psikologis yang paling sering dialami oleh lansia adalah kesepian. Kesepian merupakan suatu permasalahan yang dialami oleh seseorang, yang terjadi akibat hubungan interpersonal saat ini tidak sesuai dengan harapan yang telah dibentuk sehingga menjadi pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dan menyedihkan berupa rasa sedih, merasa tidak berdaya, putus asa dan hampa (Nurayni & Supradewi, 2017).

Dari data yang diperoleh pada tahun 2010 di Indonesia diperoleh 81,25% lansia mengalami kesepian serta ketidakbahagiaan karena disebabkan beberapa faktor yaitu adanya perubahan aktivitas, perubahan perkumpulan

keluarga, kematian dari pasangan dan keluarga, perubahan kuantitas olahraga dan rekreasi serta perubahan pekerjaan. Data statistika Indonesia (Menteri Koordinator Kesejahteraan Rakyat RI, 2010) mencatat estimasi angka kesepian, termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni mencapai 18,1 juta jiwa pada 2010 atau 9,6 % dari jumlah penduduk, dengan ini dapat diketahui bahwa semakin meningkatnya jumlah lansia maka angka kesepian pun juga semakin meningkat (Indriani, Kristiana, Sonda, & Intanirian, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Azizah & Rahayu (2016) menyatakan bahwa kesepian terkait dengan pikiran-pikiran negatif individu terhadap dirinya. Pikiran-pikiran negatif itu adalah merasa terasing dan terkucil, merasa tidak mempunyai harapan, merasa harga diri rendah. Harga diri menjadi hal yang sangat penting bagi lansia karena harga diri adalah rasa dihormati, diterima, diakui dan bernilai bagi lansia yang didapatkan dari orang lain.

Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kesepian dengan harga diri di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

### TUJUAN

Untuk mengetahui hubungan kesepian dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

### METODE

Desain penelitian menggunakan *deskriptif korelatif* yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan harga diri pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *cross sectional*. Pengukuran variabel yang diteliti dalam penelitian ini yaitu kesepian

dan harga diri. Pengambilan data dilakukan di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang pada 18 – 23 Desember 2019.

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *propotionate random sampling*. Dengan jumlah populasi 595 lansia dengan sampel yang digunakan yaitu 86 lansia. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu kuisioner UCLA *version 3* dan kuisioner Rosenberg *Self-Esteem*. Analisis bivariat dalam penelitian ini yaitu dilakukan uji *Kendall's Tau*.

## HASIL PENELITIAN

### A. Analisis Univariat

1. Gambaran Kesenian Lansia Di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Tabel.1. Gambaran Kesenian pada Lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Kesenian	Frekuensi	Persentase
Kesenian berat	14	16,3
Kesenian sedang	41	47,7
Kesenian rendah	31	36,0
<b>Total</b>	<b>86</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden di Desa Gebugan memiliki kategori kesepian sedang sebanyak 41 responden dari 86 responden (47,7%).

2. Gambaran Harga Diri Lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Tabel 2. Gambaran Harga diri lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Harga Diri	Frekuensi	Persentase
Rendah	49	57,0
Normal	37	43,0
<b>Total</b>	<b>86</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan table 2. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki harga diri

rendah sebanyak 49 responden dari 86 responden (57,0%) .

### B. ANALISIS BIVARIAT

1. Hubungan Kesenian dengan Harga Diri pada Lansia di Desa gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Tabel 3. Hubungan Kesenian Dengan Harga Diri Pada Lansia Di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Kesenian	Harga diri					
	Rendah		Normal		total	
	f	%	F	%	F	%
Berat	4	28,6	10	71,4	14	100,0
Sedang	38	92,7	3	7,3	41	100,0
Rendah	7	22,6	24	77,4	31	100,0
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>57,0</b>	<b>37</b>	<b>43,0</b>	<b>86</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan hasil analisis hubungan kesepian dengan harga diri pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas, diperoleh hasil responden yang memiliki kesepian sedang dengan harga diri rendah yaitu sebanyak 38 responden (92,7%), dan responden yang memiliki kesepian rendah dengan harga diri normal sebanyak 34 responden (77,4%). Adapun diperoleh hasil, responden yang memiliki kesepian berat dengan harga diri normal sebanyak 10 responden (71,4%), responden dengan kesepian rendah dengan harga diri rendah sebanyak 7 responden (2,6%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *Kendall's Tau* diperoleh didapatkan nilai  $\tau$  sebesar 0,270 dan *p-value* sebesar 0,025 ( $\alpha < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara kesepian dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas. Nilai korelasi *Kendall's Tau* yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,270 yang menunjukkan adanya kekuatan hubungan cukup ( $r > 0$ ) antara tingkat kesepian

dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas.

## PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Kesepian Lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Hasil penelitian ini menunjukkan kesepian terbanyak pada kategori kesepian sedang sebanyak 41 responden (47,7%). Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa lansia kadang merasa tidak cocok dengan orang – orang disekitarnya sebesar 37,2%, merasa kadang tidak dekat dengan orang lain sebanyak 40,7%, lansia merasa ditinggalkan sebanyak 41,9%. Kesepian sedang yang dialami lansia adalah perasaan subyektif individu yang berupa perasaan sedikit terasing, tertolak, ataupun kegelisahan, ketika individu mengalami kesenjangan antara harapan dengan kenyataan atau individu kehilangan kesempatan untuk mengadakan hubungan sosial dengan orang lain. Namun adapun lansia yang sudah tinggal sendiri tanpa suami dan anak, tinggal hanya bersama suami dan lansia yang sudah mengalami keterbatasan fisik sehingga tidak memungkinkan untuk melakukan kegiatan di lingkungan sekitar. Hal tersebut yang menyebabkan lanjut usia di Desa Gebugan mengalami kesepian.

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa persentase terbesar yang mengalami kesepian yaitu kelompok lanjut usia akhir (56-65 tahun) sebanyak 62 responden (72,1%). Kesepian sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dengan disertai semakin banyaknya kegiatan-kegiatan bersama maka akan mengurangi rasa kesepian individu tersebut, selain itu faktor jenis kelamin dan keberadaan teman dekat juga ikut serta mempengaruhi kesepian seseorang. (Rahmi, 2015).

Dalam penelitian ini sebagian besar yang mengalami kesepian yaitu perempuan sebesar 65 responden

(75,6%) lebih banyak daripada laki-laki sebesar 21 responden (24,4%), hal ini dikarenakan perempuan mempunyai peluang lebih besar mengalami kesepian karena terjadinya tekanan akibat ditinggal pasangan meninggal dunia, ditinggal anaknya yang sudah mempunyai keluarga. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Murdanita (2018), yang mendapatkan hasil yang sama yaitu responden yang mengalami kesepian sebagian besar perempuan sebesar 60% dibanding laki-laki sebesar 40%.

Hasil penelitian berdasarkan status perkawinan didapatkan hasil bahwa lansia yang mengalami kesepian dengan persentase tertinggi yaitu dalam kategori menikah sebanyak 49 responden (57,0%). Menurut Moniung, dkk (2015) menyatakan bahwa perasaan kesepian pada lansia muncul karena adanya faktor situasional yaitu adanya perubahan situasional dalam keluarga, seperti anak yang sibuk bekerja sehingga tidak memiliki banyak waktu untuk menemani orang tuanya, kemudian anak yang sudah berumah tangga dan tinggal jauh sehingga tidak ada waktu untuk merawat lansia dirumah. Selain itu kesepian yang terjadi pada lansia dengan status menikah juga dapat disebabkan oleh faktor keintiman yaitu adanya perubahan seksual pada wanita (*monopouse*).

### 2. Gambaran Harga Diri Lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 86 responden lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas di dapatkan hasil bahwa lansia mengalami harga diri rendah sebanyak 49 responden (57%). Lansia merasa dirinya tidak cukup berharga sebanyak 67,4%, lansia berharap dapat lebih dihargai sebanyak 48,8%. Lanjut usia yang mengalami harga diri rendah tersebut dikarenakan merasa bahwa

lansia tidak mampu mengerjakan sesuatu seperti yang dilakukan oleh orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Narullita (2017), lansia akan mengalami banyak perubahan dan penurunan fungsi fisik dan psikologis. Hal tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah pada lansia yang akan berpengaruh dalam menilai dirinya sendiri.

Hasil penelitian ini lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu sebanyak 39 responden (79,6%). Hal ini disebabkan karena perempuan mempunyai perasaan lebih sensitif jika dibandingkan dengan laki-laki, seperti perasaan ingin dicintai, disayangi, diperhatikan oleh pasangan dan keluarganya terutama saat ia merasa apa yang diharapkannya tidak sesuai dengan kenyataan. Hal ini dapat menyebabkan lansia tersebut mengalami harga diri rendah. Lansia juga mengalami perubahan-perubahan akibat proses menua (*aging process*) yang salah satunya adalah penurunan produksi hormon estrogen dan progesteron akan mempengaruhi kerja neurotransmitter didalam tubuh, seperti neuroendokrin dan sistem srikardian yang terlibat dalam gangguan perasaan seperti merasa sedih, ketidakberdayaan, rasa tidak berarti, tidak berguna, dan lain sebagainya (Narullita, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian menurut karakteristik status perkawinan terdapat 48 lansia (57,0%) dengan status menikah sebagian besar mengalami harga diri rendah yaitu sebanyak 27 lansia (55,1%). Sedangkan 30 lansia (34,9%) berstatus janda 18 lansia (36,7%) diantaranya mengalami harga diri rendah. Dan dari 7 lansia yang berstatus duda 4 lansia (8,2%) diantaranya mengalami harga diri rendah. Hampir sebagian besar lansia dalam penelitian ini yang status perkawinannya menikah mengalami harga diri rendah, hal ini disebabkan karena kurangnya interaksi dengan

anggota keluarga terutama anaknya yang sudah tinggal terpisah. Dan sebagian besar lansia yang berstatus janda/duda tersebut lebih banyak menerima dan mengenang pasangan hidupnya tanpa menikah kembali. Dengan ketidakhadirannya pasangan ini sebagai salah satu sumber berkurangnya dukungan sosial bagi lansia yang akan mempengaruhi harga dirinya. Hasil penelitian ini di dukung oleh penelitian bahwa dukungan sosial akan mempengaruhi kesehatan mental lansia (Amelia, 2010).

### 3. Hubungan Kesepian dengan Harga Diri pada Lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Tabel 3 berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan kategori kesepian sedang sebagian besar memiliki harga diri rendah yaitu sebanyak 38 responden (92,7%), dan yang mengalami kesepian rendah dengan harga diri normal sebanyak 24 responden (77,4%). Hal tersebut dialami oleh lansia dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya kurangnya dalam hubungan, perubahan keinginan dalam hubungan dengan keluarga.

Kesepian pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor psikologis, faktor kebudayaan faktor spiritual. Faktor psikologis yang menyebabkan seperti perasaan takut. Faktor psikologis yang menyebabkan seperti perasaan takut. Perasaan tersebut muncul akibat perubahan-perubahan mental yang berhubungan dengan perubahan fisik, keadaan kesehatan, serta situasi lingkungan. Dari segi mental emosional muncul perasaan pesimis, merasa terancam akan ditelantarkan karena tidak berguna lagi (Munandar, Hadi, & Maryah, 2017). Pernyataan tersebut diperkuat oleh pernyataan Gunarsa (2009) bahwa seorang yang merasa kesepian memiliki afek negatif, karena

ia merasa dirinya diabaikan oleh orang lain, tidak dipedulikan oleh orang lain dan tidak bermakna bagi orang lain. Stuart (2013) juga menyatakan bahwa masalah-masalah harga diri pada lansia meningkat karena adanya pandangan negatif terhadap dirinya akan menyebabkan penurunan harga diri.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan kesepian dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang didapatkan kesimpulan bahwa sebagian besar lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas memiliki kesepian sedang dengan harga diri rendah sebanyak 38 responden (92,7%), dengan hasil nilai *p-value* 0,025 ( $\alpha < 0,005$ ). Saran : Peneliti selanjutnya dapat mengendalikan faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi variabel independen kesepian misalnya penggunaan media sosial, pengalaman hidup sebelumnya, dan lain sebagainya. Sebagai bahan masukan dan rujukan atau pembandingan untuk penelitian selanjutnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Azizah, A. N., & Rahayu, S. A. (2016). *Hubungan Self-Esteem Dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia*. 07(02), 40–58.
- Badan Statistik Indonesia. (2014). *Jumlah Penduduk menurut Kelompok Umur, Jenis Kelamin, Provinsi dan Kabupaten/Kota tahun 2005*. Retrieved from [www.datastatistikindonesi.co%0Am/portal/index.php?option=com\\_tab%0Ael&at=1&idtabel=116&Itemid=165](http://www.datastatistikindonesi.co%0Am/portal/index.php?option=com_tab%0Ael&at=1&idtabel=116&Itemid=165)
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (1st ed.). Yogyakarta: Deepublish.
- Indriani, Y., Kristiana, I. ., Sonda, & Intanirian. (2010). *Tingkat Stres Lansia diPanti Werdha Pucang Gading Semarang*.
- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016).

*Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.

- Munandar, I., Hadi, S., & Maryah, V. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian pada Lansia yang Ditinggal Pasangan di Desa Mensere. *Nursing*, 2, 447–457.
- Narullita, D. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri Rendah Lansia Dikabupaten Bungo. *Jurnal Endurance* 2, 354–361.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Ppenelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurayni, & Supradewi, R. (2017). *Dukungan Sosial dan Rasa Memiliki Terhadap Kesepian pada Mahasiswa Perantau Semester Awal*.
- Rahmi. (2015). Gambaran Tingkat Kesepian pada Lansia di Panti Tresna Werdha Pandaan. *Seminar Psikologi Kemanusiaan*, 257.