

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

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).

Saat ini diseluruh dunia jumlah lansia diperkirakan ada 500 juta dengan rata-rata usia 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Dinegara maju seperti Amerika Serikat penambahan lansia diperkirakan 1.000 orang per hari, pada tahun 1985 diperkirakan 50% dari penduduk berusia di atas 50 tahun sehingga istilah *Baby Boom* pada masa lalu berubah menjadi “ledakan penduduk lanjut usia” (Bandiyah, 2009). 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).

Proses menua adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri / mengganti dan

mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang di derita. 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). Kesepian akan sangat dirasakan oleh lanjut usia yang hidup sendirian, tanpa anak, ditinggal oleh pasangan, tingkat pendidikannya rendah, rasa percaya diri rendah, menimbulkan perasaan kehilangan hubungan sosial, kewibawaan dan sebagainya (Suardiman, 2016).

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. Adanya perubahan pada aktifitas

tersebut dan perubahan pada lingkungan sekitarnya membuat para lansia menjadi merasa kesepian. 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)

Penyebab lain dari kesepian pada lansia diantaranya yaitu adanya stigma dan pandangan negatif terhadap lansia seringkali menyebabkan anak-anaknya memilih untuk tinggal terpisah dengan orangtuanya. Selain itu, dikarenakan anak-anaknya tumbuh dan berkembang dengan mandiri serta meninggalkan rumah dan hidup terpisah dengan orang tua. Masalah keterpisahan tersebut dapat menimbulkan masalah psikologis tersendiri pada orang tua. Masalah tersebut memicu perasaan kesepian, dimana kesepian tersebut akan semakin meningkat ketika pasangan dari lansia meninggal dunia (Lestari & Hartati, 2016). Faktor lain yang mempengaruhi kesepian pada lansia adalah kekurangan dalam hubungan, perubahan keinginan dalam hubungan, perilaku interpersonal dan faktor kebudayaan yang berhubungan dengan keluarga (Stanley, 2007).

Menurut Friedman, Bowden, & Jones (2010), mengatakan bahwa dukungan keluarga merupakan dukungan emosional yang harus ditetapkan kepada seluruh anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan psikososial dengan saling mengasihi, cinta kasih, saling mendukung, saling meluangkan

waktu bersama dan menghargai antar anggota keluarga. Pentingnya dukungan emosional keluarga bagi lansia yakni mampu memberikan rasa aman, cinta kasih, membangkitkan semangat, mengurangi keputusasaan, rasa rendah diri, dan rasa kesepian yang dialami oleh lansia.

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. Perasaan tersebut menetap pada diri lansia sebagai akibat adanya interaksi dan penilaian orang lain terhadap dirinya. Hasil penelitian (Azizah & Rahayu, 2016) membuktikan bahwa lansia sebagai tahap perkembangan akhir dengan kondisi yang berubah cenderung mengalami penurunan konsep diri, diantaranya yaitu harga diri yang rendah (merasa malu dengan kondisinya, merasa terbuang dari lingkungan dan tidak berguna).

Berdasarkan hasil penelitian Potter (2005) di Amerika Serikat, ditemukan bahwa sebanyak 26 % orang yang berusia 60-80 tahun keatas mengalami harga diri rendah. Hasil penelitian lain menurut Nanthamongkolchai, Tuntichavanit, Munsawaengsub, & Charupoonphol (2009) di Propinsi Nakhon Sawan menunjukkan bahwa 19,3 % lansia mengalami harga diri rendah. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, diketahui bahwa prevalensi gangguan mental

emosional pada penduduk Indonesia adalah 11,6%. Selain itu, hasil Riskesdas tahun 2007 juga menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional meningkat sejalan dengan penambahan usia. Pada kelompok usia 55–64 tahun, prevalensi gangguan mental emosional adalah 15,9%. Angka ini meningkat pada kelompok usia 65 – 74 tahun yaitu sebesar 23,2% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI, 2008).

Banyak faktor yang menyebabkan harga diri rendah pada lansia, antara lain harga diri rendah pada lansia dikarenakan adanya tantangan baru akibat dari kehilangan pasangan, ketidakmampuan fisik, pensiun, pandangan negatif dan adanya stigma dari lansia, munculnya rasa kesepian di masa tua juga dapat menyebabkan penurunan harga diri lansia (Narullita, 2017). *Self-esteem* dan *Causal Attribution*, Kesepian berhubungan dengan *self-esteem* yang rendah. Orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial (misalnya berbicara didepan umum dan berada di kerumunan orang yang tidak dikenal). Dalam keadaan seperti ini orang tersebut akan menghindari kontak-kontak sosial tertentu secara terus menerus akibatnya akan mengalami kesepian. Selain itu orang yang menyatakan dirinya kesepian biasanya memandang diri mereka tidak layak dan tidak patut dicintai.

Dalam penelitian pendukung dengan responden selain lansia, hasil penelitian Yurni (2015), secara ringkas hal ini dapat dikatakan perasaan kesepian bisa dialami oleh siapapun baik pria maupun wanita. Hasil penelitian ini ditemukan bahwa mereka merasa kurang mampu mengontrol diri mereka

dari penilaian orang lain, artinya konsep diri mahasiswa masih sangat rendah. Konsep diri yang rendah ini menyebabkan mahasiswa sering memproteksi diri jika dikritik, takut membuat perubahan-perubahan dalam hidup, dan cenderung tidak memiliki rencana-rencana untuk masa depannya. Perasaan kesepian dan *self esteem*, memiliki hubungan yang positif dan signifikan, artinya mahasiswa yang merasa kesepian cenderung untuk memiliki *self-esteem* yang rendah.

Hasil studi pendahuluan yang di lakukan di Desa Gebugan Kecamatan Bergas pada tanggal 8 Oktober 2019, dari hasil wawancara menggunakan kuisioner UCLA dan *Self Esteem* Rosenberg pada 8 lansia terdapat 2 lansia yang merasa kesepian berat dengan harga diri rendah, kemudian terdapat 3 lansia yang merasa kesepian sedang dengan harga diri rendah, 2 lansia merasa kesepian rendah dengan harga diri rendah dan 1 lansia mengalami kesepian rendah dengan harga diri normal.

Lansia yang mengalami kesepian berat sejumlah 2 lansia seperti (tidak pernah merasa cocok dengan orang-orang disekitar, tidak pernah merasa bahwa memiliki banyak persamaan dengan orang-orang disekitar, tidak pernah merasa menjadi bagian dari kelompok teman-temannya, dan tidak pernah merasa ramah/mudah bergaul dan bersahabat), berdasarkan kuisioner *Self Esteem* 2 lansia memiliki harga diri rendah seperti (merasa tidak mampu mengerjakan sesuatu karena sudah tua, merasa tidak berguna, merasa tidak dihargai oleh anggota keluarganya).

Lansia yang mengalami kesepian sedang sejumlah 3 lansia seperti (jarang merasa bahwa ia memiliki banyak persamaan dengan orang-orang

disekitar, jarang merasa ramah/mudah bergaul dan bersahabat), berdasarkan kuisioner *Self Esteem* 3 lansia memiliki harga diri rendah seperti (merasa bahwa tidak banyak hal baik yang ada pada dirinya, merasa tidak mampu mengerjakan sesuatu karena sudah tua, merasa tidak berguna dilingkungannya).

Lansia yang mengalami kesepian rendah sejumlah 3 lansia seperti (kadang merasa cocok dengan orang-orang disekitar, kadang merasa bahwa ia menjadi bagian dari kelompok teman-temannya, dan kadang merasa ramah/mudah bergaul dan bersahabat) berdasarkan kuisioner *Self Esteem*, 2 lansia memiliki harga diri rendah seperti (merasa tidak dihargai dan tidak berguna, merasa kurang mampu mengerjakan sesuatu) dan 1 lansia memiliki harga diri normal seperti (merasa mampu mengerjakan sesuatu yang dilakukan oleh orang lain, merasa dihargai oleh keluarganya).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan kesepian dengan harga diri pada lansia?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan kesepian dengan harga diri pada lansia di Desa Gebugan

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran kesepian pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

- b. Mengetahui gambaran harga diri pada lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas
- c. Menganalisis hubungan antara kesepian dengan harga diri pada lansia Desa Gebugan Kecamatan Bergas

#### **D. Manfaat**

##### 1. Bagi Lanjut Usia

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dampak kesepian dan harga diri rendah terhadap kesehatan pada lanjut usia.

##### 2. Bagi Instansi Kesehatan

Penelitian ini bagi instansi kesehatan merupakan sumbangan informasi, dan perhatian untuk pertimbangan dalam mengambil keputusan atau kebijakan untuk memberi pelayanan kesehatan yang baik untuk lanjut usia.

##### 3. Bagi Bidang Keilmuan

Penelitian ini bagi bidang keilmuan dapat menjadi sumber referensi dan informasi untuk mengembangkan dan meneliti masalah yang masih terkait dengan kesepian yang mempengaruhi harga diri pada lansia.

##### 4. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan, pengalaman bagi peneliti selanjutnya, terkait masalah yang terjadi pada lansia dalam pengembangan ilmu mengenai hubungan kesepian dengan harga diri pada lansia.