

BAB V

PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan pembahasan antara kesepian dengan harga diri pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas. Hasil penelitian ini disajikan sebagai berikut :

A. Analisis Univariat

1. Gambaran Kesepian pada Lanjut Usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 86 responden di Desa Gebugan Kecamatan Bergas diperoleh data kesepian yaitu sebanyak 14 lansia mengalami kesepian berat (16,3%), 41 lansia mengalami kesepian sedang (47,7%), dan 31 lansia mengalami kesepian rendah (36,0%). Hal ini menunjukkan kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2014) bahwa lansia rata-rata akan mengalami kesepian di usia lanjutnya.

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%). Hal ini sejalan dengan jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2009 dimana jumlah lansia terbanyak berada pada rentang usia 60-74 tahun (U.c. Cencus Bereau, International Data base, 2009). Menurut Hernawati (Dalam Nauli, 2014) masa usia lanjut merupakan masa dimana terjadi berbagai perubahan dan penyesuaian terhadap situasi yang dihadapinya, antara lain terjadinya sindrom lepas jabatan dan kesedihan yang berkepanjangan. Kesedihan pada lansia bisa terjadi karena berbagai perubahan dalam kehidupannya seperti kehilangan pasangan hidup.

Kesepian pada usia lanjut merupakan perasaan negatif secara emosional ataupun sosial akibat kurangnya hubungan sosial yang bersifat subjektif sehingga menyebabkan individu merasa tersisihkan dan terpencil karena merasa berbeda dengan orang lain. 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).

Kesepian pada lansia dapat terjadi karena beberapa faktor diantaranya faktor psikologi, faktor kebudayaan, faktor situasioanal, dan faktor spiritual. Faktor psikologi antara lain harga diri rendah pada lansia disertai dengan munculnya perasaan-perasaan negatif seperti rasa takut dan cemas. Faktor kebudayaan dan situasional antara lain terjadinya perubahan dalam tata cara hidup dan kultur budaya dalam keluarga yang seharusnya merawat lansia tetapi tidak merawatnya dengan alasan sibuk. Faktor spiritual antara lain kekosongan spiritual pada lansia, terutama lansia yang sudah tidak bisa banyak beraktifitas seringkali berakibat kesepian (Rahmi, 2015). Hal ini sama dengan penelitian yang menyebutkan, faktor yang menyebabkan terjadinya kesepian yaitu usia, status, perkawinan, gender, dukungan sosial, tingkat pendidikan, spiritualitas (Astuti, 2013).

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. Hal lain juga dapat disebabkan karena ketika perempuan masih bersama pasangannya mereka selalu melakukan

aktivitas secara bersama. Keberadaan pasangan bagi perempuan sangat penting, karena ketika tidak ada lagi pasangan perempuan akan lebih membutuhkan orang lain untuk berbagi pikiran dan perasaan. Hal ini berbanding terbalik dengan laki-laki, seorang laki-laki apabila kehilangan pasangan kondisi emosionalnya tidakterlalu berbeda dengan biasanya karena karakteristik laki-laki lebih kuat dan tertutup (Rahmi, 2015).

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%. Hal ini dikarenakan bahwa wanita lebih sering terpajan dengan stresor lingkungan dan ambangnya stressor lebih rendah dibandingkan dengan pria.

Hasil penelitian berdasarkan status perkawinan didapatkan hasil bahwa lansia yang mengalami kesepian dengan persentase tertinggi yaitu dalam kategori menikah sebanyak 49 responden (57,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sakti (2014) dengan hasil bahwa lansia dengan status menikah memiliki tingkat kesepian paling tinggi diantara lansia janda/duda dan belum menikah. 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*). Sebagian besar orang beranggapan bahwa stadium *monopouse* para wanita biasanya merasakan efek dari perubahan seksualitas yang terjadi, khususnya mereka tidak bisa memberi kepuasan seksual bagi suaminya. Keyakinan ini berpengaruh pada berkurangnya keharmonisan hubungan suami istri yang menimbulkan perasaan kesepian pada lansia (Nugroho, 2015).

2. Gambaran Harga Diri pada Lanjut Usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

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.

Harga diri merupakan evaluasi diri individu yang mengekspresikan perilaku setuju atau tidak setuju dan mengindikasikan tingkat individu

dalam meyakini dirinya mampu, berarti, berhasil dan berharga (Meridean & Mass, 2011). Penuaan ada efeknya pada harga diri rendah. Hal ini disebabkan karena beberapa faktor penyebab antara lain kematian pasangan, penyakit fisik, perubahan pola hidup, kesepian, dan kurangnya dukungan (Nauli, Ismalinda, Dewi, 2014).

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). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian menurut Sholihah (2011) dengan persentase jumlah lansia lebih banyak berjenis kelamin perempuan (56,7%).

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).

Harga diri rendah yang dialami lansia dengan status menikah juga dapat disebabkan karena faktor seksualitas yaitu adanya perubahan seksualitas pada wanita (*monopause*). Sebaian besar beranggapan bahwa wanita *pasca monopause* minat terhadap seks akan menurun dengan sendirinya. Karena pada waktu itu, liang vagina menjadi tipis, lebih kering, dan kurang elastis. Hal ini memungkinkan rasa sakit ketika melakukan hubungan seksual karena akan mengakibatkan penyakit. Keyakinan ini akan menggiring lansia perempuan untuk mengurangi atau menghindari aktivitas seksual yang akan memunculkan pikiran tidak berguna (nugroho, 2015).

B. Analisa Bivariat

1. Hubungan antara Kesepian dengan Harga Diri Pada Lanjut Usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Tabel 4.3 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. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Damayanti & Sukmono (2015) menyatakan bahwa kesepian merupakan kondisi yang sering mengancam kehidupan para lansia, ketika anggota keluarga hidup terpisah dari mereka, kehilangan teman, kehilangan pasangan dan ketidakmampuan untuk hidup sendiri.

Dalam penelitian ini didapatkan pula hasil bahwa lansia mengalami kesepian berat dengan harga diri normal sebanyak 10 responden (71,4%). Hal ini dikarenakan lansia masih aktif bersosialisasi di lingkungan sekitar seperti melakukan ibadah di sarana ibadah (masjid, gereja), masih tinggal bersama keluarga dan mendapatkan dukungan keluarga yang baik ketika keluarga berkunjung, merasa sudah siap dengan masa lanjut usianya. Hal ini sejalan dengan penelitian Perdana (2018) bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan keluarga dengan harga diri yaitu semakin tinggi dukungan keluarga yang didapat semakin tinggi harga dirinya.

Menurut Azizah (2016) menyebutkan bahwa kecenderungan kesepian pada lansia dapat disebabkan oleh banyak faktor yang dapat mempengaruhinya selain *self-esteem*. Menurut Brehm (dalam Azizah 2016) hal yang dapat menyebabkan kesepian pada lansia yaitu adanya ketidakcocokan atau ketidakadekuatan dalam hubungan yang dimiliki seseorang. Hubungan seseorang yang tidak adekuat akan menyebabkan lansia merasa tidak puas akan hubungan yang dimilikinya. Ada banyak alasan seseorang merasa tidak puas dengan hubungan yang tidak adekuat yaitu karena kondisi di tempat tinggalnya banyak berbagai karakter antara satu lansia dengan lansia yang lainnya tidak memungkiri akan merasa cocok dan tidak cocok dalam berhubungan sosial. Selain itu terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan yang disebabkan karena perubahan mood seseorang, perubahan usia, serta situasi yang didukung dengan keadaan para lansia yang jauh dari sanak keluarga, permasalahan masa lalu yang belum terpendam dan belum terselesaikan dengan hal itu akan menyebabkan rasa tertekan sehingga para lansia yang tidak dapat menyikapi dengan baik maka akan merasa minder dan menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Dari 10 responden dengan harga diri normal tersebut dikarenakan adanya penerimaan diri yang baik, kemandirian dalam melakukan aktivitas, budaya yang memberikan penghormatan pada lansia serta adanya dukungan yang baik sehingga meningkatkan harga diri pada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Franak (2015) bahwa terdapat budaya tradisional di Negara Iran yang memandang lansia

menjadi sosok yang sangat dihormati sehingga berpengaruh positif pada dirinya.

Perasaan kesepian pada lansia akan semakin bertambah ketika fisik lansia mulai menurun, karena lansia tersebut tidak bisa terlalu beraktifitas untuk mengurangi atau menghilangkan kesepian yang dialami. Kesepian pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor psikologis, faktor kebudayaan faktor spiritual. 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). Hal ini sesuai dengan penelitian Narullita (2017) yaitu kehilangan pasangan hidup membuat lansia kurang dukungan sosial dari orang terdekat serta adanya perasaan kesepian yang akan menyebabkan harga diri rendah. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian bahwa dukungan sosial akan mempengaruhi kesehatan mental lansia (Amelia, Meta, & Sri, 2011).

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.

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti tidak dapat mengendalikan faktor lain yang mempengaruhi kesepian seperti penggunaan media sosial, pengalaman hidup sebelumnya, krisis dan perubahan kehidupan.