



Analisis *Loneliness* (Kesepian) pada Lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember

Fita Yatul Mauviroh^{1*}, Suryadi²

¹ Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

² Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

*E-mail: fitamauiroh@gmail.com

Keywords

Loneliness; Elderly; Tresna Werdha

Abstract

Loneliness is a negative emotional state experienced by individuals due to the lack of satisfying social interactions. In response to this issue, the government has established nursing homes that aim to address social problems, particularly psychological challenges among the elderly, such as feelings of loneliness. This study aims to explore the underlying factors contributing to loneliness among older adults residing in a nursing home and to examine the institutional efforts and facilities provided to mitigate such emotional experiences. A qualitative research approach with a descriptive design was employed in this study. The participants consisted of three elderly residents and one staff member from the nursing home, selected through purposive sampling. Data collection methods included observation, semi-structured interviews, and documentation. The data were analyzed using the processes of data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results indicate that most elderly residents in the nursing home experience loneliness. Key contributing factors include the loss of a spouse, limited social interaction, feelings of abandonment, and a perceived lack of purpose. The psychological impacts of loneliness identified in this study are categorized into emotional loneliness and social loneliness.

Kata Kunci

Kesepian; Lansia; Tresna Werdha

Abstrak

Kesepian merupakan perasaan atau emosi negatif individu karena kurangnya interaksi sosial yang memuaskan dengan orang lain. Untuk mengatasi masalah kesepian pemerintahan membentuk panti jompo yang bertugas menangani masalah sosial terutama masalah psikologis pada lanjut usia berupa kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perasaan kesepian pada lansia di panti jompo dan bagaimana upaya serta fasilitas yang diberikan oleh pihak lembaga panti jompo untuk mengatasi perasaan kesepian pada lansia. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan model deskriptif. Menggunakan tiga subjek lansia dan satu subjek pegawai panti jompo, dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan observasi, wawancara semi terstruktur dan dokumentasi. Analisis data yang dilakukan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para lansia yang tinggal di panti werdha sebagian besar mengalami kesepian. Menjadi penyebab kesepian pada lansia yang berada di Panti Werdha Sosial adalah kehilangan pasangan hidup, interaksi sosial yang terbatas, perasaan terabaikan, dan perasaan tidak berguna. Adapun dampak yang dapat di akibatkan oleh loneliness adalah kesepian emosional dan kesepian sosial.



Pendahuluan

Sebagai makhluk hidup, semua manusia secara alamiah pasti akan melalui tahap perkembangan sepanjang hidupnya, mulai dari masa janin hingga usia tua. Tahap akhir kehidupan atau usia tua, ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis dan sosial juga memiliki tantangan perkembangan yang harus dihadapi. Selain perkembangan, manusia juga mengalami pertumbuhan fisik yang terjadi sangat cepat hingga mencapai puncaknya, yaitu setelah usia 60 tahun. Ada beberapa istilah yang dikenal dimasyarakat untuk menyebut orang lanjut usia yaitu lansia, manula dan usila usia lanjut.¹

Erick Erikson (dalam Santrock) berpendapat jika individu yang sudah lanjut usia akan mengalami tantangan perkembangan *integrity* (integritas) dan *despair* (keputusan). Selain itu, kemampuan fisik individu akan mulai menurun dan menjadi lebih rentan terhadap penyakit. Hal ini menyatakan bahwa setiap individu akan mengalami proses penuaan, sehingga penuaan merupakan hal yang wajar dan tidak dapat dicegah.²

Lanjut usia menurut Hurlock merupakan masa penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yakni suatu masa dimana seseorang telah "beranjak jauh" dari masa lalu yang lebih menyenangkan, atau bergerak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Penuaan merupakan proses alami, yang berarti seseorang melewati 3 tahap kehidupannya, yaitu: masa kanak-kanak, masa dewasa dan masa usia lanjut. Ketiga tahap ini berbeda secara biologis, psikologis dan sosialnya.³ Menurut UU RI No 13 tahun 1998 lansia adalah seseorang yang berusia diatas 60 tahun. Para lansia tentunya mengalami penurunan kondisi baik berupa penurunan fungsi fisiologis maupun penurunan kesehatan mental yang dapat mempengaruhi mobilitas dan kontak sosialnya.⁴ Menurut Ketentuan Peraturan Menteri Sosial Nomer 5 Tahun 2018, lanjut usia adalah orang yang berusia 60 tahun keatas.⁵

Tahap penuaan perkembangan manusia merupakan masa kemunduran dari puncak kinerja manusia. Mereka tumbuh dengan kekuatan fisik yang besar

sejak bayi hingga pucak kedewasaan, dan kemudian menurun pada masa kakek-nenek (usia tua). Seseorang yang hidup sampai usia tua akan mengalami penurunan kekuatan seperti semula. keadaan ini ditandai dengan tulang belakang mulai bungkuk, penglihatan mulai kabur, penurunan fungsi otak, kulit mulai keriput, pendengaran sayup-sayup sampai gigi mulai keropos, berjalan mulai tertatih-tatih, rambut mulai memutih atau uban.⁶

¹ Santrock Jhon W, *Perkembangan Masa Hidup*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012)

² Aulia Abbror Hidayat, Adinda Melati, dkk. Analisis Eksplorasi Penyebab Dan Dampak Loneliness

³ Pada Lansia Wanita Yang Tinggal Di Perkotaan. *Jurnal Florsing*. Hal, 194. 2022.

⁴ Anistya Wulandari Pratomo, Litfiah, dkk. Kebermaknaan Hidup Dan Subjective Well-Being Pada Lanjut Usia Bersuku Jawa Di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Hal: 34, 2014.

⁵ Permensos (Peraturan Menteri Sosial), *Tentang Standar Nasional Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia, Undang-Undang Dasar Republik Indonesia Nomer 5 Tahun 2018*: 67.

⁶ Siti Rahmah. Pembinaan Keagamaan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera. *Jurnal Ilmu Dakwah*. 66, 2013.

Bukan hanya penurunan fisik saja yang terjadi pada lansia, perubahan mental juga bisa menjadi masalah bagi lansia. Permasalahan tersebut datangnya dari luar diri, sehingga mereka merasakan kesedihan dalam kehidupan di hari tua, seperti: kesepian (*Loneliness*), perasaan tidak dihargai, keinginan untuk meninggal dini, ketidakpedulian terhadap lingkungan, dan tidak nyaman berada di dekat keluarga sendiri, sehingga dapat memilih lingkungan yang menurutnya lebih baik. Di Indonesia, kualitas lansia dinilai rendah dengan kebanyakan masalah psikologis. Para lansia seringkali merasa kesepian dan merasa ditinggalkan oleh orang lain, sehingga mereka merasa terisolasi karena orang lain memperlakukannya berbeda. Bahaya mental mempunyai dampak yang lebih besar pada lansia dibandingkan pada usia muda, yaitu menyebabkan penyesuaian diri dan sosial yang lebih sulit pada lansia. Kesepian pada lansia merupakan salah satu bentuk tekanan psikologis. Kesendirian berasal dari lingkungan dalam hal ini lingkungan panti jompo, seorang lansia jauh dari keluarga, teman dan tetangganya. Permasalahan ini diteliti dalam penelitian yang dilakukan yaitu menganalisis tentang penyebab kesepian lansia dipanti jompo.⁷

Loneliness (kesepian) merupakan keadaan kesepian terjadi disaat kekurangan atau kekacauan dalam sebuah hubungan yang diharapkan oleh seseorang. Kesepian menurut Russell juga bisa diartikan sebagai suatu hubungan sosial yang tidak sesuai dengan harapan atau keinginan yang bisa menimbulkan rasa tertekan, gelisah, dan persepsi kurangnya hubungan sosial seseorang.⁸ Fenomena penelitian yang dialami pada zaman modern ini adalah maraknya kasus permasalahan mengenai masalah psikologis pada lansia berupa perasaan kesepian, merasa tersisihkan atau terpencil dari orang lain karena merasa berbeda. Kesepian adalah pengalaman pribadi yang dapat direspon secara berbeda oleh setiap individu. Bagi sebagian, kesepian dapat dianggap wajar, namun bagi yang lain bisa menimbulkan kesedihan yang mendalam. Kesepian adalah masalah potensial yang bisa berdampak negatif pada lansia.⁹

Untuk menangani masalah psikologis dan sosial pada lansia, pemerintahan membentuk Panti Tresna Werdha atau panti jompo. Pada awalnya, panti jompo ditunjukkan untuk lansia yang tidak mendapat perawatan atau berasal dari keluarga yang kurang mampu secara finansial. Namun, seiring dengan peningkatan

kebutuhan perawatan lansia yang memadai, panti-panti swasta untuk lansia dengan kondisi ekonomi yang cukup juga semakin berkembang. Salah satu lembaga yang memberikan perawatan dan pembinaan untuk para lanjut usia di Kabupaten Jember adalah Panti Tresna Werdha di Kecamatan Puger. Lembaga ini adalah bagian dari Kantor Kesejahteraan Sosial Kecamatan Puger yang bertugas menangani masalah sosial, termasuk masalah lanjut usia .

Berdasarkan hasil wawancara dengan pegawai di Panti Werdha, diperoleh keterangan bahwa selain tidak memiliki keluarga atau ditinggal keluarganya, salah

⁷ Bintang Mara, Setiawan, dkk. Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Sultah Fatah Demak. *Journal Unnesa*. 66, 2013.

⁸ Bintang Mara, Setiawan, dkk. Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Sultah Fatah Demak. *Journal Unnesa*. 71, 2013.

⁹ Eva Fitriana, Rina Puspita Sari, dkk. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*. Hal, 98, 2021.

satu alasan lansia yang di titipkan oleh keluarganya ke panti dilakukan agar lansia tidak mengalami kesepian. Peneliti mencoba untuk mengamati aktivitas para lansia di panti Werdha Jember. Para lansia nampak sedang duduk di depan kamar atau teras. Para lansia jarang beraktifitas, kecuali jika ada kegiatan khusus yang dijadwalkan oleh staf panti. Lansia di panti ini mendapatkan perawatan yang menyediakan tempat tinggal yang layak, tempat tidur yang bersih dan nyaman, makanan bergizi serta ruang mushollah. Sehaari-hari mereka hanya berkomunikasi hanya bersama lansia yang berada di satu wisma saja, karena untuk berjalan ke wisma yang lain mereka sudah agak kesulitan. Lansia ditempat ini memiliki beragam sifat dan watak, mudah tersinggung, suka berbicara, mudah marah, pendiam, dan lainnya. Mayoritas lansia di tempat ini hanya tidur di kamar dan keluar kamar saat diperlukan akibat masalah kesehatan seperti darah tinggi, gangguan penglihatan, rematik, dan gangguan pendengaran. Terdapat lansia yang sedang sakit dan hanya berdiam di kamar tidur. Lansia yang merasa kesepian cenderung lebih sering menghabiskan waktu dengan duduk-duduk disekitar kamar dan teras pojok sambil merenung. Kesepian adalah gejala umum yang bisa dirasakan oleh siapapun termasuk anak-anak, remaja, orang dewasa dan lansia. Kesepian pada lansia menarik perhatian khusus untuk penelitian.

Hal ini dapat diperkuat dengan pendapat Batles dan Reichert (dalam Berk. E, Laura) mengatakan bahwa lansia yang tinggal dipanti jompo mengalami kesepian. Sekalipun banyak orang yang bisa dijadikan teman, akan tetapi interaksi mereka sangat rendah. Untuk mengelola emosi dalam interaksi sosial begitu penting bagi lansia. Para penghuni panti jompo hanya memiliki sedikit peluang untuk berinteraksi sosial secara keseluruhan dan waktu kontak umumnya akan ditentukan oleh staf, dan bukan keinginan si lansia. Walaupun interaksi dengan orang didunia luar memprediksi kepuasan hidup para penghuni panti jompo, akan tetapi interaksi didalam panti jompo itu tidaklah demikian.¹⁰

Berbagai penelitian terdahulu telah mengidentifikasi sejumlah faktor penyebab kesepian pada lansia di panti Jompo, seperti penelitian Ayu, dkk yang menyoroti tentang kesepian lansia disebabkan karena kurangnya dukungan keluarga. Peneliti Eva Fitriana, dkk yang menyebutkan bahwa minimnya interaksi sosial, stress dan kondisi psikologis lainnya menyebabkan lansia mengalami perasaan kesepian. Sebagian besar penelitian yang dilakukan hanya sebatas pada identifikasi gejala dan faktor penyebab belum banyak menggali gambaran umum bagaimana perasaan kesepian dialami oleh lansia, serta upaya yang dapat dilakukan lembaga dalam mengatasi kondisi itu melalui pendekatan yang holistik.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam faktor-faktor penyebab kesepian pada lansia yang tinggal di Panti Werdha serta mengeksplorasi upaya yang dilakukan oleh pihak lembaga untuk mengurangi perasaan kesepian tersebut. Ungkapan peneliti dari Riski Syntia Ayu, Abdurrahman Hamid dan Lita (2021) dengan judul "Perbandingan Tingkat Kesepian dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Di PSTW Dengan Lansia Di Keluarga" yang mengungkapkan hal

¹⁰ Laura Stephani Ginting. "Kesepian Pada Lansia Di Panti Jompo Suka Makmur". (Skripsi, Universitas Medan Area, Medan, hal 5, 2019).

yang membuat lansia mengalami perasaan kesepian di panti jompo antara lain dukungan keluarga.¹¹ Hal ini juga didukung oleh peneliti Eva Fitriana, Rina Puspita Sari dan Wiboso (2021) dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia” yang mengungkapkan hal yang membuat lansia mengalami perasaan kesepian di panti jompo adalah interaksi sosial, stres, spiritual dan dukungan keluarga.¹² Sedangkan sedikit berbeda dari peneliti Wiwit Marta Vella dan Linda Yarni yang berjudul “Loneliness Problem Pada Lansia Di Panti Jompo Jasa Ibu Jorong Lakung Kenagaria Situjuah Batua” hal yang membuat lansia mengalami perasaan kesepian di panti jompo ada 3 faktor yaitu faktor psikologis, kebudayaan dan situasi, spiritual.¹³ Peneliti oleh Erfiyanti, Titin Nur, Cahyati dan teman- temannya dengan judul “Analisis Loneliness Pada Lansia Di Panti Werdha Harapan Ibu” hal yang membuat lansia mengalami perasaan kesepian di panti jompo adalah kehilangan pasangan, interaksi sosial terbatas, perasaan diabaikan, perasaan tidak berguna.¹⁴ Peneliti oleh Anisya Rizky Kartika dan Nunung Herlina (2021) dengan judul “ Hubungan Antara Loneliness Dengan Perilaku Lansia: Literature Review”. faktor yang membuat lansia mengalami perasaan kesepian di panti jompo adalah dukungan sosial.¹⁵

Dari kelima penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwasanya perbedaan dari peneliti sebelumnya terletak pada fokus penelitian. Dimana dari penelitian sebelumnya bukan hanya berfokus pada faktor- faktor penyebab terjadinya perasaan kesepian pada lansia, tetapi juga berfokus pada perbandingan dukungan keluarga pada lansia yang berada di panti jompo dengan lansia yang tinggal bersama keluarganya. Dari penelitian sebelumnya tidak ada faktor yang dominan yang mempengaruhi *Loneliness* (perasaan kesepian) pada lansia di panti jompo. Masing-masing peneliti mengungkapkan hal yang berbeda-beda. Begitu juga dengan metode analisis yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya tidak menggunakan metode penelitian yang sama. Misalnya, menurut penelitian oleh Riski Syntia Ayu, Abdurrahman Hamid dan Lita menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, kemudian menurut penelitian oleh Erfiyanti, Titin Nur dan Cahyati menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologis, penelitian oleh Eva Fitriana dan teman- temannya juga penelitian menurut Anisya Rizky Kartika menggunakan metode penelitian studi kepustakaan atau studi literature review.

Selain itu, peneliti- peneliti diatas dilakukan pada lokasi penelitian dan kondisi

¹¹ Riski Syntia Ayu, Abdurrahman Hamid, Lita. Perbandingan Tingkat Kesepian Dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Di PSTW Dengan Lansia Di Keluarga. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Nursing Journal)*, 2021.

¹² Eva Fitriani, Rina Puspita Sari, Wiboso. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*. 2021

¹³ Wiwit Marta Vella dan Linda Yarni. Loneliness Problem Pada Lansia Di Panti Jompo Jasa Ibu Jorong Lakung Kenagaria Situjuah Batua. *Jurnal Ranah Research*. 2021.

¹⁴ Erviyanti, Titin Nur Cahyati, dkk. Analisis Loneliness Pada Lansia Di Panti Werdha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*. 2023.

¹⁵ Anisya Rizky Kartika dan Nunung Herlina. Hubungan Antara Loneliness Dengan Perilaku Lansia: Literature Review. *Journal Borneo Student Research*. 2021.

yang berbeda, sehingga permasalahan yang terjadi dilokasi tersebut berbeda dengan lokasi yang saya teliti. Peneliti ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif bertujuan supaya lebih mengeksplor secara mendalam dan memamparkan faktor-faktor apa yang menimbulkan perasaan kesepian dalam diri lansia yang berada di panti jompo dan juga ingin meneliti secara mendalam upaya dan fasilitas apa yang diberikan oleh lembaga panti jompo untuk mengatasi perasaan kesepian pada lansia.

Bedasarkan penjabaran diatas dan berdasarkan teori yang telah disinggung uraian diatas, tujuan peneliti dalam jurnal ini untuk mengetahui secara mendalam faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perasaan kesepian pada lansia di panti jompo dan bagaimana upaya serta fasilitas yang diberikan oleh pihak lembaga panti jompo untuk mengatasi perasaan kesepian pada lansia. Peneliti menganggap penting untuk meneliti lebih lanjut dengan mengangkat judul “Analisis *Loneliness* (Perasaan Kesepian) Pada Lansia Di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger”. Penelitian pada topik ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia yang berada dipanti jompo dan menunjukkan perlunya penelitian yang berfokuskan pada cara menghambat jalur kesepian pada lansia yang berada dipanti jompo. Hal ini menunjukkan bahwa kesepian dapat mengancam perasaan nilai pribadi dan merusak kepercayaan pada kemampuan untuk mengembangkan dan memelihara hubungan interpersonal.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penentuan subjek pada penelitian ini memakai tehnik *purposive sampling dengan kriteria tertentu*. Yakni tiga lasia berusia 60 sampai 85 tahun. Lansia berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, dan bisa diajak berkomunikasi dengan baik. Tujuannya adalah adaya komunikasi terbuka antara lansia dan penulis selama proses penelitian. *Selain lansia, penulis juga menjadikan petugas panti werdha menjadi bagian dari subjek penelitian*. Dalam proses penghimpunan data penelitian melakukan dengan menggunakan observasi, wawancara mendalam dan dokumentasi. Selanjutnya penelitian melakukan analisis data yang menggunakan analisis. Miller dan Huberman dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Adapun keabsahan data penelitian, menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi tehnik.

Hasil dan Pembahasan

Dari hasil penelitian menunjukkan sebagiam besar lansia yang berada di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger mengalami *loneliness* (perasaan kesepian). Hal ini dibuktikan dengan adanya hasil wawancara bersama ketiga subjek lansia yaitu, JA, IS dan YT. Mereka merasa kesepian dikarenakan merindukan kebersamaan dan dukungan emosional yang lansia dapatkan dari pasangannya. Beberapa subjek juga merasakan kesepian karena merasa kesepian di tempat tinggal mereka tanpa ada pasangan atau sudah meninggal. Subjek merasa kesepian juga karena merasa terabaikan dan tidak diperhatikan oleh orang

sekitarnya, termasuk anggota keluarga. Mereka mengungkapkan bahwa mereka jarang dikunjungi oleh keluarganya, yang menyebabkan perasaan kesepian mendalam. Subjek juga mengungkapkan jika mereka memiliki perasaan kesepian dikarenakan lansia merasa tidak berguna dan tidak dihargai. Lansia merasa bahwa mereka tidak lagi memiliki peran atau kontribusi yang signifikan dalam keluarga atau masyarakat, hal ini dapat menyebabkan perasaan kesepian yang mendalam. *Loneliness* yang dialami oleh ketiga subjek pada lansia dapat dilihat dari aspek-aspek *loneliness* yaitu:

1) Aspek *Trait Loneliness*

Aspek *Trait* merupakan aspek *loneliness* dimana pada aspek tersebut kesepian yang cenderung tetap, seperti meninggalnya pasangan hidup (suami dan anak).

2) Aspek *Social Desirability Loneliness*

Aspek *Social Desirability* merupakan kehidupan sosial individu yang diinginkan oleh individu tersebut terhadap lingkungan sosialnya.

3) Aspek *Depression Loneliness*

Aspek *Depression Loneliness* merupakan adanya sikap atau perasaan yang mengarah pada tidak semangat dalam hidup, merasa tidak diperhatikan, tidak disayangi serta cenderung sedih dan murung.

Dapat diketahui bahwasannya dari subjek pertama (JA) merasa kesepian. Diketahui bahwa kehidupan sosialnya di panti berjalan dengan baik, meskipun jarang berkomunikasi dengan lansia lain dan tampak tidak akrab dengan sesama anggota panti lainnya dan senang menyendiri. Subjek 1 juga tidak pernah bertengkar dengan anggota panti lainnya. Berdasarkan latar belakang inilah yaitu ketiadaan suami, anak-anak, dan tidak memiliki cucu yang menjadi penyebab beliau merasa sedih, hampa, dan kesepian dan tidak pernah dijenguk oleh kerabatnya. Subjek 2 yaitu (IS) merasa kesepian selama tinggal dipanti jompo. Diketahui bahwa kehidupan sosialnya di panti berjalan dengan baik atau subjek 2 dapat berhubungan dengan baik kepada sesama anggota panti lainnya, meskipun ngobrol pada saat kumpul kegiatan panti jompo. subjek 2 tidak pernah bertengkar dengan sesama anggota panti. Penyebab kesepian dan kesedihan yang dirasakan oleh subjek 2 dikarenakan keluarganya jarang menemui subjek di panti sehingga subjek merasa sudah tidak berharga. Pada subjek 3 yaitu (YT) merasakan kesepian sama seperti yang subjek 1 dan 2 rasakan. Diketahui bahwa hubungan sosialnya dengan teman dipanti jompo tergolong cukup baik. Penyebab subjek 3 merasa kesepian karena sudah tidak adanya keluarga yang menjenguk dan memperdulikannya. Dalam mengatasi kesepian yang mereka rasakan untuk mengatasi perasaan kesepian beragam cara. Salah satunya adalah dengan mendekatkan diri kepada Allah. Mereka senantiasa melaksanakan sholat dengan tepat waktu dan berusaha mengamalkan ibadah dengan baik. Mengaji serta mengerjakan sholat sunnah juga dilakukan sebagai wujud pendekatan diri kepada yang maha kuasa. Kegiatan keagamaan rutin yang diadakan oleh panti juga senantiasa mereka ikuti.

Hasil tersebut didukung oleh hasil observasi yang diperoleh peneliti, keseharian yang mereka lewati dihabiskan dengan duduk-duduk dan tidur saja dikamar. Sehingga interaksi dengan sesama lansia di satu wisma tidak berjalan baik. Kesepian sangat

dirasakan oleh lansia yang sudah sakit-sakitan, seperti tidak bisa berjalan, reumatik, sesak nafas dikarenakan mereka sudah susah untuk mengikuti kegiatan yang ada dipanti tersebut, sehingga saat ada kegiatan lansia memilih mendengarkan dari wisma saja.

Dari hasil wawancara oleh salah satu petugas panti jompo yang bertugas sebagai pekerja ahli sosial sekaligus yang menangani upaya-upaya atau fasilitas yaitu bapak Dinda Bayu Pramutika, S.Sos, dapat disimpulkan bahwasanya upaya yang diberikan oleh lembaga Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger untuk mengatasi perasaan kesepian dalam diri lansia terlebih dahulu melakukan *assesment-assesment* yang mendalam apakah yang menyebabkan lansia mengalami kesepian. Setelah dilakukan *assesment* kemudian dilakukan intervensi-intervensi yang biasanya digunakan oleh petugas adalah terapi psikososial yang bisa dilakukan secara individual maupun kelompok. Intervensi-intervensi yang dilakukan didalam terapi psikososial seperti, diikutkan dalam hal atau kegiatan yang mereka sukai atau diobati terlebih dahulu jika kesepiannya disebabkan oleh keluarga diobati kerinduannya dengan cara upayakan bertemu dengan keluarga terlebih dahulu agar mereka lebih tenang. Fasilitas yang diberikan oleh lembaga panti jompo ini berupa ruang curhat, dimana ruang curhat ini sangat penting dan sangat bermanfaat bagi para lansia yang mengalami kesepian dan butuh tempat curhat. Adanya fasilitas ini lansia yang mengalami kesepian dapat diberikan kebebasan mengungkapkan perasaannya yang mereka alami selama ini yang tidak bisa diungkapkan kepada orang lain, agar lansia merasa lebih tenang dan tidak ada lagi beban dalam pikirannya.

Hasil dari observasi peneliti, setelah lansia mengalami kesepian diberikan upaya dan juga fasilitas oleh lembaga Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kec. Puger lansia mengalami banyak sekali perubahan yang terjadi pada segi perilakunya. Awalnya lansia yang mengalami kesepian tidak aktif dalam kegiatan dan juga jarang bersosialisasi dengan lansia lainnya. Lebih suka menyendiri dikamar, duduk sendiri bahkan sampai melamun, memberikan respon yang sedikit jika diajak kumpul dengan lansia lain bahkan ada yang menolak. Tetapi, setelah diberikan terapi-terapi berupa psikososial dan fasilitas ruang curhat terlihat sudah dari harapan hidup lansia lebih ceria, aktif dalam kegiatan, sering berinteraksi dengan sesama lansia lain.

Dinamika psikologis pada lansia yang mengalami kesepian (*Loneliness*) dapat dijelaskan dengan teori psikososial yang dikemukakan oleh Eriks Erikson. Pada masa lansia ini terjadi sebuah konflik yaitu *integrity dan desepair*.¹⁶ Masalah kesepian pada lansia menjadi sebuah tantangan terhadap pemenuhan kesejahteraannya. Selain itu, kemampuan fisik individu juga akan mulai menurun dan menjadi lebih rentan terhadap penyakit. Hal ini menggambarkan bahwa setiap individu akan mengalami proses penuaan, sehingga penuaan merupakan hal yang wajar dan dapat dicegah. Berdasarkan pada data yang dikumpulkan jumlah penghuni lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger berjumlah 140 lan-

¹⁶ Aulia Abbror Hidayat, Adinda Melati, dkk. Analisis Eksplorasi Penyebab Dan Dampak Loneliness Pada Lansia Wanita Yang Tinggal Di Perkotaan. *Jurnal Florsing*. Hal, 194. 2022.

sia. Sebagian besar lansia yang berada di panti jompo masih mengalami kesepian. Dari beberapa hasil wawancara yang telah peneliti lakukan bersama dengan nenek JA, IS dan kakek YT, di panti jompo, bahwa faktor- faktor yang menyebabkan munculnya perasaan kesepian atau *Loneliness* pada lansia di panti jompo yaitu :

- Kehilangan pasangan hidup.
- Keterbatasan interaksi sosial.
- Perasaan terabaikan atau tidak dihargai.
- Tidak disayangi atau tidak dicintai oleh orang sekitar.

Faktor-faktor diatas dapat diperkuat oleh teori Russel (dalam Hanifah, dkk) mengenai aspek-aspek *Loneliness* yaitu, aspek *trait loneliness*, aspek *social desirability loneliness* dan aspek *despresion loneliness*.¹⁷Dimana aspek-aspek *loneliness* tersebut dapat mengungkap faktor-faktor apa yang menyebabkan atau munculnya perasaan kesepian pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger.

Dapat diketahui bahwasannya dari subjek pertama (JA) merasa kesepian. Diketahui bahwa kehidupan sosialnya di panti berjalan dengan baik, meskipun jarang berkomunikasi dengan lansia lain dan tampak tidak akrab dengan sesama anggota panti lainnya dan senang menyendiri. Subjek 1 juga tidak pernah bertengkar dengan anggota panti lainnya. Berdasarkan latar belakang inilah yaitu ketiadaan suami, anak-anak, dan tidak memiliki cucu yang menjadi penyebab beliau merasa sedih, hampa, dan kesepian dan tidak pernah dijenguk oleh kerabatnya. Subjek 2 yaitu (IS) merasa kesepian selama tinggal dipanti jompo. Diketahui bahwa kehidupan sosialnya di panti berjalan dengan baik atau subjek 2 dapat berhubungan dengan baik kepada sesama anggota panti lainnya, meskipun ngobrol pada saat kumpul kegiatan panti jompo. subjek 2 tidak pernah bertengkar dengan sesama anggota panti. Penyebab kesepian dan kesedihan yang dirasakan oleh subjek 2 dikarenakan keluarganya jarang menemui subjek di panti sehingga subjek merasa sudah tidak berharga. Pada subjek 3 yaitu (YT) merasakan kesepian sama seperti yang subjek 1 dan 2 rasakan. Diketahui bahwa hubungan sosialnya dengan teman dipanti jompo tergolong cukup baik. Penyebab subjek 3 merasa kesepian karena sudah tidak adanya keluarga yang menjenguk dan memperdulikannya. Dalam mengatasi kesepian yang mereka rasakan untuk mengatasi perasaan kesepian beragam cara. Salah satunya adalah dengan mendekatkan diri kepada Allah.

Sehingga dapat disimpulkan bahwasannya dari ketiga subjek diatas faktor- faktor yang mengakibatkan adanya perasaan kesepian atau *Loneliness* pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger adalah kehilangan pasang hidup, keterbatasan interaksi sosial, perasaan terabaikan atau tidak dihargai, tidak disayangi atau tidak dicintai oleh orang sekitar. Meskipun terdapat faktor lain yang juga berperan dalam mempengaruhi tingkat kesepian pada lansia. Banyak lansia merasa kesepian karena kurangnya perhatian dari keluarga dan orang-

¹⁷ Erviyanti, Titin Nur Cahyati, dkk. Analisis Loneliness Pada Lansia Di Panti Werdha Harapan Ibu. Jurnal Dinamika Sosial Budaya. 2023.

orang disekitarnya, sehingga lansia tidak memiliki tempat untuk berbagi cerita. Perasaan kesepian yang dirasakan oleh para lansia membuat mereka sering murung, merasa sedih dan kurang bersemangat dalam menjalani hidup. mereka cenderung menarik diri dari lingkungan sosial yang ada di sekitarnya.

Dalam faktor-faktor ini terdapat dampak kesepian yang dialami oleh lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger Jember Kecamatan Puger yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Kesepian emosional merupakan perasaan kekosongan yang mendalam, serta perasaan ditinggalkan. Kesepian sosial merupakan kurangnya keintiman dalam hubungan dengan orang lain, sehingga mengakibatkan kurangnya keterlibatan sosial dan komunikasi dengan orang-orang terdekat dan lingkungan sekitarnya.¹⁸

Dampak kesepian emosional pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger adalah hilangnya keluarga intim (suami dan anak), dampak kesepian sosial pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger adalah kurangnya bersosialisasi dengan anggota lansia lain, perasaan terabaikan atau tidak dihargai, tidak disanyangi.

Upaya yang diberikan oleh lembaga Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger untuk mengatasi *Loneliness* (perasaan kesepian) dalam diri lansia berupa *assessment* yang mendalam terlebih dahulu. Karena perasaan kesepian yang mereka alami belum tentu disebabkan oleh keluarga, biasanya yang lain seperti kurang cocok dengan tempat ini atau dengan teman-teman yang ada di panti jompo ini. melakukan *assessment* mendalam itu sangat penting untuk para prugas UPT PSTW Jember Kecamatan Puger. *Assessment* itu sendiri merupakan upaya untuk mendapatkan data atau informasi dari klien untuk mencapai tujuan tertentu. Setelah dilakukan *assessment* kemudian dilakukan intervensi. Biasanya mayoritas petugas UPT PSTW Jember Kecamatan Puger membutuhkan terapi psikososial yang bisa dilakukan secara individu maupun kelompok yang disebut dengan Self Help Group.²⁶ Terapi Psikososial adalah bentuk penyembuhan untuk membantu orang baik secara individu, keluarga dan kelompok dalam mengubah perilaku dan situasinya yang dapat memberikan kontribusi pada pencapaian keberfungsian klien sesuai dengan potensi klien.¹⁹ Jadi, banyak beberapa intervensi-intervensi didalam terapi Psikososial seperti, diikuti dalam hal atau kegiatan yang mereka sukai atau diobati dulu kalau kesepian yang mereka alami disebabkan oleh keluarga diobati kerinduannya dengan cara upayakan bertemu dengan keluarga dulu supaya mereka lebih tenang.

Fasilitas yang diberikan oleh lembaga panti jompo ini berupa ruang curhat. Dimana ruang curhat ini sangat penting dan sangat bermanfaat bagi klien atau penerima manfaat para budaya sosial. Adanya diberikan fasilitas ruang curhat kepada klien lansia yang berada di panti jompo ini untuk memberikan kebebasan mengungkap sesua-

¹⁸ Joshua Christian, Ratriana Y.E Kusumiati. Loneliness At Satya Wacana Chistian University Students Who Was In Salatiga During Pandemic. Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksa. 2021.

¹⁹ Joshua Christian, Ratriana Y.E Kusumiati. Loneliness At Satya Wacana Chistian University Students Who Was In Salatiga During Pandemic. Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksa. 2021.

tu perasaan kesepian yang mereka alami yang tidak bisa diungkapkan kepada orang lain. Sehingga setelah disediakan fasilitas tersebut lansia lebih tenang dan tidak ada lagi beban dalam pikirannya.

Adanya perubahan pada lansia yang mengalami kesepian setelah diberikan upaya serta fasilitas oleh lembaga panti jompo ini. Perubahan yang banyak terjadi pada segi perilakunya, yang awalnya lansia yang mengalami kesepian dapat kita lihat dari mereka yang tidak aktif dalam kegiatan dan juga jarang bersosialisasi dengan teman selansianya. Mereka sering merasa hampa dengan tatapan kosongnya. Tetapi, setelah diberikan terapi-terapi berupa terapi psikososial dan fasilitas ruang curhat terlihat sudah dari harapan hidupnya lansia lebih ceria, aktif dalam kegiatan, sering menyapa keorang lain dan sering melakukan kegiatan berkebun atau bersih-bersih lahan ketika ada waktu kosong.

Simpulan

Dapat disimpulkan bahwa lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger ini rentan mengalami kesepian yang diakibatkan beberapa faktor yaitu, kehilangan pasangan hidup, keterbatasan interaksi sosial, perasaan terabaikan atau tidak dihargai dan perasaan tidak disayangi atau dicintai lagi oleh orang terdekat. Adapun dampak yang dapat diakibatkan oleh *loneliness* ialah *emotional loneliness* (kesepian emosi) dan *social isolation* (kesepian sosial). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erfiyanti dkk, (2023) dalam hasil penelitiannya menjelaskan sama dengan penelitian ini tetapi berbeda dengan penggalan datanya yang menggunakan kualitatif fenomenologis. Selanjutnya, upaya serta fasilitas yang diberikan oleh pihak lembaga panti dapat mengatasi masalah kesepian yang sedang dialami oleh sebagian lansia yang berada di panti jompo ini.

Daftar Pustaka

- Ayu, Riski Syntia, Abdurrahman Hamid, Lita. (2021). Perbandingan Tingkat Kesepian Dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Di PSTW Dengan Lansia Di Keluarga. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Nursing Journal)*.
- Bugin, Burhan. (2012). *Penelitian Kualitatif* (Jakarta:Penerbitan Kencana Media).
- Bugin, Burhan. (2012). *Penelitian Kualitatif* (Jakarta:Penerbitan Kencana Media).
- Dr. Ibrahim, M.A, (2015). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, (Pontianak: Indonesia) Arikunto. (2006). *Metodelogi Penelitian*, (Yogyakarta: Bina Aksara)
- Erviyanti, Titin Nur Cahyati, dkk. (2023). Analisis Loneliness Pada Lansia Di Panti Werdha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*.
- Fitriana, Eva, Rina Puspita Sari, dkk. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*.
- Fitriani, Eva, Rina Puspita Sari, Wiboso. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*.
- Ginting, Laura Stephani. (2019). "Kesepian Pada Lansia Di Panti Jompo Suka Makmur". *Skripsi*, (Universitas Medan Area, Medan)

- Hidayat, Aulia Abbror, Adinda Melati, dkk. (2022). Analisis Eksplorasi Penyebab Dan Dampak Loneliness Pada Lansia Wanita Yang Tinggal Di Perkotaan. *Jurnal Florsing*.
- Islamiyah, Ade. (2019). *Metode Penelitian*, (Aceh: Syiah Kuala University Press)
- Joshua Christian, Ratriana Y.E Kusumiati. (2021). Loneliness At Satya Wacana Chistian University Students Who Was In Salatiga During Pandemic. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksa*.
- Kartika, Anisya Rizky dan Nunung Herlina. (2021). Hubungan Antara Loneliness Dengan Perilaku Lansia: Literature Review. *Journal Borneo Student Research*.
- Lexy J, Moeloeng. (2007). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rodaskarya)
- Mara, Bintang, Setiawan, dkk. (2013). Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha SSultah Fatah Demak. *Journal Unnesa*.
- Mara, Bintang, Setiawan, dkk. (2013). Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Sultah Fatah Demak. *Journal Unnesa*.
- Permensos (Peraturan Menteri Sosial), *Tentang Standar Nasional Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia, Undang-Undang Dasar Republik Indonesia Nomer 5 Tahun 2018*: 67.
- Pratomo, Anistya Wulandari, Lutfiah, dkk. (2014). Kebermaknaan Hidup Dan Subjective Well-Being Pada Lanjut Usia Bersuku Jawa Di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Rahmah, Siti. (2013). Pembinaan Keagamaan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera. *Jurnal Ilmu Dakwah*.
- Rahmah, Siti. (2013). Pembinaan Keagamaan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera. *Jurnal Ilmu Dakwah*.
- Ramadhan, Syahru Rizqan, Mitro Subroto. (2020). Pemenuhan Kesejahteraan Psikososial Terhadap Narapidana Lanjut Usia. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial, dan Sains*.
- Suardiman, Siti Partini, (2011). *Psikologi Lanjut Usia*. (Yogyakarta: Gajah Mada University Press)
- Vella, Wiwit Marta dan Linda Yarni. (2021). Loneliness Problem Pada Lansia Di Panti Jompo Jasa Ibu Jorong Lakung Kenagaria Situjuah Batua. *Jurnal Ranah Research*.
- W Jhon, Santrock, (2012). *Perkembangan Masa Hidup*, (Jakarta: Penerbit Erlangga)