

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menjadi tua (menua) merupakan suatu proses menurunnya secara perlahan-lahan kemampuan dalam mempertahankan fungsi normalnya atau menghilangnya jaringan untuk memperbaiki diri. Menjadi tua merupakan suatu proses yang secara alami terjadi kepada seseorang yang sudah melewati tiga tahap sebelumnya, yaitu kanak-kanak, remaja maupun dewasa (Syarif, 2016). Masalah psikologis yang sering di alami lansia diantaranya lansia memiliki harga diri rendah, meningkatnya kecemasan, kurang percaya diri, mengalami kesepian, dan ketidakberdayaan sehingga bergantung pada orang lain. Lansia juga memiliki sisi positif seperti lebih bisa memaknai hidup dan memiliki tingkat keagamaan yang tinggi. Hal ini dikarenakan munculnya sifat ikhlas menerima dengan kondisi yang dialaminya selain itu lansia yang lebih dekat dengan agama akan memunculkan kepuasan hidup, harga diri, dan rasa *optimisme* (Aristawati, Ratnawati, & Imavike 2015).

Menurut Kemenkes RI (Republik Indonesia), 2011 saat ini penduduk lansia semakin mengalami peningkatan populasi yang drastis. Secara umum, populasi penduduk usia 60 tahun ke atas di negara maju pada tahun 2011 adalah 20% dari total jumlah penduduk dan diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2050 yaitu sebesar 32%. Sementara itu, di negara berkembang pada tahun 2011 jumlah penduduk usia 60 tahun keatas sebesar 15% dari total jumlah penduduk dan

diperkirakan akan mengalami peningkatan menjadi 20% antara 2015-2050 (Ikasi, Jumaini, & Hasanah 2014)

Populasi lansia yang terus meningkat membawa dampak positif yaitu meningkatnya umur harapan hidup, dan merupakan indikator keberhasilan peningkatan kesehatan, namun disisi lain akibat semakin meningkatnya umur harapan hidup lansia akan menimbulkan beberapa masalah-masalah yang beragam. Menurut Desmita (dalam Khairani, 2012) menyatakan bahwa beberapa masalah psikologis yang paling sering dialami oleh lansia adalah kesepian. Keadaan lain yang mayoritas juga terjadi pada lansia yaitu, kehilangan pasangan, isolasi sosial, adanya perasaan ditolak, kemiskinan, perjuangan menemukan makna hidup, ketergantungan terhadap orang lain, putus asa dan merasa tidak berdaya, ketakutan terhadap kematian, kemunduran fisik dan mental, mengalami depresi, dan rasa penyesalan mengenai hal-hal yang lampau.

Kesepian pada lansia erat kaitannya dengan permasalahan gangguan mental. Depresi merupakan gangguan mental yang banyak terjadi pada lansia yang ditandai dengan gejala-gejala yang berkaitan dengan *mood*, seperti perasaan sedih dan merasa tidak berguna, kemudian gejala kognitif yaitu sulit untuk membuat keputusan, dan gejala fisik seperti perubahan pola tidur dan nafsu makan (Kowel, Wungouw, & Doda 2016). Hodge dan Hubbard (2017) sependapat bahwa depresi secara klinis ditandai dengan gangguan *mood* serta mengakibatkan pada keluhan mental dan fisik seperti mengalami insomnia, kecemasan, nyeri, kelelahan hingga hilangnya minat untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan. Menurut Maryam, dkk (dalam Parasari & Lestari, 2015)

bahwa salah satu faktor lansia mengalami depresi yaitu karena perpisahan dengan pasangan. Berdasarkan hal tersebut Merz dan Gierveld (2016) menyatakan bahwa ketidak adanya kehadiran pasangan akan berdampak pada hilangnya jaringan sosial yaitu tidak ada tempat untuk bertukar ide atau pendapat, kedua ketika membutuhkan bantuan yang biasanya selalu bergantung pada pasangan kini tidak ada yang membantu, dan ketiga orang-orang yang hidup tanpa pasangan setelah kematian sangat mungkin mengalami kesepian yang terlarut hingga intensitas yang lama.

Keberadaan pasangan hidup sangat penting untuk kesejahteraan lahir batin pada lansia. Pada tahun 2014 separuh lebih lansia di Indonesia masih memiliki pasangan hidup yaitu sebesar 58,77% masih berstatus menikah. Sementara lansia yang berstatus belum menikah yaitu sebesar 0,99%, sedangkan lansia yang sudah ditinggal mati oleh pasangannya atau berstatus janda yaitu sebesar 58,36% dan yang berstatus duda yaitu sebesar 14,84% (BPS, 2014).

Hidup menjanda atau duda dari sisi perempuan dan laki-laki sangat berbeda, hal ini erat kaitannya dengan penurunan fisik serta kesehatan yang dialami oleh lansia. Berdasarkan data awal yang telah dilakukan oleh peneliti yang melakukan wawancara dengan subjek berinisial GY berstatus janda berusia 75 tahun menyatakan bahwa rasa kesepian yang kerap menghampiri subjek itu dikarenakan jauh dengan anak sehingga tidak ada yang melayani ketika dirumah, seperti tidak ada yang membantu membereskan rumah, membantu memasak dan sebagainya. Menurut Desiningrum (2014) lansia perempuan yang menjanda beberapa hal yang akan dihadapi yaitu kesepian yang dikarenakan ditinggal oleh anak yang sudah

berumah tangga dan tinggal terpisah. Masalah ekonomi dan kebutuhan sehari-hari juga hal yang menjadi tanggungan lansia itu sendiri.

Berbeda halnya dengan lansia laki-laki yang biasanya lebih tabah ketika menghadapi ditinggal oleh pasangannya. Lansia laki-laki tidak lama menduda karena keterbatasan yang memerlukan peran pasangan untuk merawat dirinya. Namun tidak jarang kehidupan barunya mendapatkan perlawanan dari anak-anaknya sehingga kondisi psikologis pria yang menikah lagi tidak selalu lebih sehat (Desiningrum, 2014). Borys dan Perlman (dalam Rahmi, 2015) menambahkan apabila dikaitkan dengan *loneliness* setelah kematian pasangan hidup maka dapat diasumsikan bahwa wanita memiliki tingkat *loneliness* yang lebih tinggi dibanding pria. Hal ini dikarenakan wanita lebih mungkin mengakui dirinya kesepian dan lebih membutuhkan teman untuk berbagi pikiran dan pengalaman dibandingkan pria. Pria lebih banyak mengingkari kesepian yang dialaminya. Salah satu alasan untuk hal tersebut adalah pria yang kesepian kurang dapat diterima dan lebih sering ditolak secara sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Wikananda (2015) menghasilkan lansia dengan status menikah kecenderungan memiliki kualitas hidup yang lebih baik sehingga tidak merasa kesepian. Pernikahan erat kaitannya dengan kasih sayang dan rasa berbagi yang dibutuhkan oleh lansia, serta saling membantu baik dalam hal fisik maupun mental. Berdasarkan data awal yang telah dilakukan peneliti lansia dengan status menikah ternyata juga dapat merasakan kesepian seperti yang telah dinyatakan pada subjek yang berinisial SM berusia 60 tahun yang hanya tinggal bersama suaminya namun tidak jarang mengalami kesepian, menurut

penuturan subjek hal itu disebabkan karena mereka jauh dari anak yang mana subjek tinggal di Solo sedangkan anaknya bertempat tinggal di Semarang bersama suami terlebih anak subjek jarang mengunjungi karena kesibukan pekerjaan.

Lebih lanjut seperti yang dilansir oleh Solopos.com yaitu kejadian yang menimpa lansia pasangan suami istri di Magelang Jawa tengah baru-baru ini membuat geger masyarakat sekitar. Hal ini dikarenakan pasangan suami istri tersebut ditemukan meninggal dunia di dalam rumah mereka sendiri. Menurut penuturan warga bahwa pasangan lansia ini memang hanya hidup berdua, yang mana istri (60 tahun) dalam keadaan sakit stroke dan hanya sang suami (70 tahun) yang mengurus istrinya sendiri. Diketahui mereka memiliki anak yang tinggal jauh di luar kota dan hanya setiap 3 pekan sekali mengunjungi mereka.

Fenomena lain yang muncul dalam kehidupan lansia seperti halnya individu yang walaupun sudah memasuki masa lansia tak jarang masih banyak juga yang memiliki status belum menikah. Menurut Sugono (dalam Tandiono & Sudagijono, 2016) seseorang yang belum menikah dapat disebut lajang. Berdasarkan data awal oleh peneliti melakukan wawancara dengan subjek berinisial PY yaitu seorang perempuan berusia 62 tahun mengaku bahwa kehidupan menjadi lajang menjadikan beban dikehidupannya seperti merasakan kesepian ketika subjek tidak memiliki kegiatan di lingkungan rumahnya. Namun subjek juga menuturkan bahwa dengan adanya kondisi seperti ini tidak ada yang mengatur atau melarang subjek untuk melakukan hal apapun. Berdasarkan hal tersebut menurut DeGenova (dalam Tandiono & Sudagijono, 2016) menyatakan bahwa melajang memiliki sisi yang positif dan negatif. Sisi positifnya yaitu berupa kebebasan dalam

mengembangkan diri, kebebasan dalam memperluas karir, dan melakukan apapun sesuai dengan keinginan. Sisi negatif yang diperoleh dari individu yang masih lajang diantaranya kesulitan dalam hal perekonomian, kurangnya persahabatan, dan mengalami kesepian.

Latar belakang jenis kelamin juga turut mempengaruhi terjadinya kesepian. Secara umum jika dilihat berdasarkan tingkat spiritual seperti penelitian yang dilakukan oleh Pew Research Center (dalam Sari & Listyandini, 2015) menghasilkan bahwa sebanyak 77% perempuan lebih sering berdoa untuk mengisi kekosongan hatinya dan memiliki suatu kepercayaan penuh akan adanya Tuhan dan malaikat, sedangkan laki-laki hanya memiliki 65%. Perempuan lebih cenderung untuk lebih terbuka mengenai persoalan pribadi dan lebih mempunyai hubungan yang erat dengan lingkungan.

Penelitian Mahargyaningrum (dalam Sari & Listyandini, 2015) terkait adanya kesepian yang dialami oleh laki-laki dan perempuan menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan. Laki-laki kurang merasakan kesepian dibanding perempuan dikarenakan laki-laki mampu merealisasikan dirinya terhadap lingkungan dengan mudah.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti mengajukan rumusan masalah yang akan di angkat dalam penelitian ini, yaitu apakah ada perbedaan kesepian lansia dilihat dari status pernikahan dan jenis kelamin? Mengacu pada rumusan masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul: “Kesepian Lansia Ditinjau dari Status Pernikahan dan Jenis Kelamin”.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti melakukan penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui ada tidaknya perbedaan kesepian pada lansia dilihat berdasarkan jenis-jenis status pernikahan.
2. Mengetahui ada tidaknya perbedaan kesepian pada lansia dilihat dari jenis kelamin.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data awal untuk mengembangkan penelitian yang sejenis, dapat pula menjadi referensi untuk peneliti yang lain dalam membahas permasalahan yang sama. Terutama mengenai permasalahan yang menyangkut kesepian yang di alami oleh lansia.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi untuk keluarga ketika mempunyai permasalahan yang serupa dengan memberikan perhatian, kasih sayang, dan dukungan terhadap lansia, serta memberikan referensi bagi masyarakat terkait untuk melibatkan lansia dalam kegiatan kemasyarakatan.