

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Lansia**

##### **1. Pengertian lansia**

Menua adalah salah satu siklus kehidupan yang tidak bisa ditunda karena menua merupakan proses ilmiah. Lansia merupakan seseorang yang sudah berumur lebih dari 60 tahun menurut UU No. 13 tahun 1998. Lansia merupakan tahapan perkembangan paling akhir di suatu kehidupan (Triningtyas & Muhayati, 2018). Menurut sumber lain lansia merupakan tahap perkembangan yang paling akhir dari siklus kehidupan dimulai dari usia 60 tahun, adapun klasifikasi lansia dibagi menjadi 3 menurut Kemenkes RI yaitu lansia lanjut 60-69 tahun, lansia beresiko 70- 90 tahun, dan lansia dengan masalah kesehatan lebih dari 90 tahun (Pipit, 2018).

##### **2. Perubahan- perubahan yang terjadi pada lansia**

Perubahan yang dialami lansia merupakan akibat dari proses menua yang harus dilalui dari tahap perkembangan. Ketika lansia mengalami suatu perubahan dampak dari proses menua, fungsi kemandirian akan mengalami penurunan. Terdapat beberapa perubahan yang terjadi pada lansia, seperti:

###### **a. Perubahan dan penurunan pada sistem organ**

Terjadi banyak perubahan pada sistem organ pada lansia seperti:

###### **1) Sistem kardiovaskuler**

Seiring dengan proses penuaan sistem kardiovaskuler dan pernafasan mengalami penurunan efisiensi. Namun, biasanya lansia bisa mengkompensasi karena aktivitas lansia mulai mengalami penurunan akibat proses penuaan yang menyebabkan lansia kehilangan fungsi independennya. Terjadi perubahan pada sistem kardiovaskuler seperti kekurangan otot jantung menurun, berkurangnya elastisitas pembuluh darah, dan volume penurunan volume darah (Rhosma, 2014).

## 2) Sistem musculoskeletal dan persyarafan

Lansia rentan mengalami perubahan postur tubuh, perubahan rentan gerak, dan penurunan gerak. Hal ini disebabkan oleh perubahan struktur tulang pada lansia yaitu penurunan massa tulang, regenerasi otot melambat, kartilago menipis menyebabkan susah bergerak (Rhosma, 2014).

## 3) Sistem pernafasan

Proses menua memberikan akibat pada sistem respirasi. Perubahan sistem respirasi terjadi secara bertahap, sehingga lansia mampu beradaptasi. Perubahan pada struktur sistem respirasi akan mempengaruhi aliran dari dan keluar paru. Perubahan yang terjadi seperti penurunan daya elastisitas recoil, alveoli melebar sehingga menjadi tipis, kekuatan otot abdomen menurun sehingga lansia tidak bisa berupaya bernafas yang baik perubahan (Rhosma, 2014).

## 4) Sistem integumen

Perubahan yang paling nampak karena berhubungan dengan sesuatu yang bisa terlihat seperti berkurangnya elastisitas kulit, perubahan warna rambut, kuku menjadi tebal karena adanya penurunan aliran darah, dan terjadi penurunan jumlah keringat perubahan (Rhosma, 2014).

## 5) Sistem gastrointestinal

Sistem gastrointestinal bukan perubahan yang mengancam nyawa tetapi perubahan yang juga ditemukan pada lansia. Perubahan yang terjadi seperti berkurangnya jumlah gigi yang membuat kesulitan untuk mengunyah, melemahnya otot seperti otot esofagus, usus halus, dan peristaltik sehingga pengosongan menjadi lambat perubahan (Rhosma, 2014).

#### 6) Sistem sistem genitaourinaria

Perubahan sistem genitaourianaria merupakan hal yang wajar ketika mengalami proses penuaan karena terjadi perubahan (Rhosma, 2014)

#### **b. Perubahan kognitif**

Terdapat banyak perubahan yang berhubungan dengan kognitif pada lansia seperti penurunan daya ingat, kesulitan untuk mengambil keputusan, kesulitan memecahkan masalah, penurunan kemampuan belajar, dan penurunan pemahaman. Faktor yang mempengaruhi masalah tersebut bisa terjadi karena proses menua. Proses menua pada otak yaitu terjadi perubahan pada setiap tahunnya pada masing-masing area (Pranata et al., 2021).

#### **c. Perubahan psikologis pada lansia**

Pada usia lanjut lansia mengalami perubahan psikologis sedikit demi sedikit. Adapun, perubahan yang bersifat drastis sehingga untuk lansia yang kurang mempersiapkan mental akan berakibat terjadi shock mental (Setiyorini & Wulandari, 2018). Berkurangnya aktivitas yang telah biasa dilakukan dapat menjadikan lansia mengalami perubahan seperti:

- 1) Interaksi sosial. Interaksi sosial yang kurang pada lansia dapat menyebabkan perasaan terasingkan yang memungkinkan lansia mengalami kesepian, depresi, dan mengalami isolasi sosial (Budiarti et al., 2020).
- 2) Perubahan peran sosial di masyarakat. Penurunan fungsi tubuh dan fungsi sistem organ dapat mengakibatkan lansia merasa kurang percaya diri atau harga diri rendah maupun terasingkan. Lansia yang merasakan hal tersebut akan mulai mengurangi bahkan menolak melakukan interaksi dengan orang lain. Dampak lainnya yaitu lansia sering murung, menarik diri dari lingkungan, dan mudah menangis. Kondisi seperti ini dapat membuat lansia mengalami kesepian (Widi, 2021).

- 3) Pengasingan lingkungan karena keterbatasan secara fisik dapat menjadikan lansia mengalami harga diri rendah dan kesepian.
- 4) Perubahan fisik pada lansia dapat mempengaruhi psikologis seperti perubahan tentang gambaran diri, perubahan konsep diri, dan harga diri rendah.

#### **d. Perubahan sosial pada lansia**

Perubahan sosial pada lansia terdapat beberapa teori sebagai berikut:

##### 1) Teori interaksi sosial

Teori ini menjelaskan perubahan interaksi sosial akibat semakin berkurangnya jumlah kegiatan yang dilakukan (Setiyorini & Wulandari, 2018). Pada tahap lansia terjadi penurunan kekuasaan sehingga interaksi yang terjalin menjadi berkurang yang tersisa hanyalah mendengarkan dan mengikuti perintah (Rhosma, 2014).

##### 2) Teori spiritual

Teori ini mengarah kepada hubungan individu dengan Tuhan-Nya maupun dengan semesta alam (Setiyorini & Wulandari, 2018).

##### 3) Teori aktivitas

Dalam teori ini menyatakan bahwa walaupun lansia mengalami penurunan fisik tetapi lansia tetap berusaha menjalankan aktivitasnya sebagai bentuk mempertahankan perilaku (Setiyorini & Wulandari, 2018).

##### 4) Teori menarik diri

Penarikan diri oleh lansia sering diakibatkan karena penurunan harga diri atau penurunan kepercayaan dirinya. Namun, terdapat juga lansia yang menarik diri karena ingin berfokus pada spiritualitas dan mempersiapkan kematian (Setiyorini & Wulandari, 2018).

##### 5) Teori kesinambungan

Dalam teori kesinambungan menjelaskan bahwa setiap makhluk hidup akan mengalami perubahan tidak terkecuali manusia. Tetapi,

dasar kepribadian dan pola perilaku pada seseorang tidak mengalami perubahan (Rhosma, 2014).

6) Teori perkembangan

Pada tahap lansia memiliki tugas perkembangan yang harus dilalui seperti penyesuaian terhadap penurunan fisik, penyesuaian terhadap pensiun, menemukan makna hidup, penyesuaian kematian pasangan, mempertahankan kepuasan hidup, dan menerima diri sebagai lansia (Setiyorini & Wulandari, 2018).

7) Teori stratifikasi usia

Dalam teori ini terdapat 2 elemen yaitu proses dan struktur. Proses merupakan bagaimana seseorang bisa mengatur posisinya atau memindahkan posisinya. Sedangkan, struktur adalah peran dan impian berdasarkan golongan umur (Setiyorini & Wulandari, 2018).

## **B. Kesejahteraan spiritual**

### **1. Definisi spiritualitas**

Istilah spiritual berasal dari Bahasa Inggris yang berasal dari kata "*Spirit*", istilah spirit memiliki cakupan makna jiwa, arwah, roh, semangat, moral, dan tujuan dan makna yang hakiki (Faizah, 2021). Menurut Taylor (1997) dalam Fitria dan Mulyana (2021) spiritualitas merupakan segala sesuatu yang saling berhubungan antara kehidupan dengan suatu kekuatan yang tinggi. Spiritualitas merupakan hubungan yang terdiri dari berbagai dimensi yaitu diri sendiri, orang lain, lingkungan serta dengan Tuhan-Nya. Spiritual juga merupakan suatu hubungan yang menjaga keharmonisan antara lingkungan luar dengan bagaimana cara individu memajemen permasalahan yang sedang dialami (Fitria & Mulyana, 2021).

Secara umum spiritualitas dapat diartikan sebagai pengalaman hidup manusia mengenai makna serta tujuan dari kehidupan. Spiritual atau spiritualitas dapat diartikan atau sesuatu yang diyakini sebagai kebenaran dan kesempurnaan yang paling tinggi bagi manusia. Spiritual bersifat abstrak,

berada dalam suatu tatanan manusia, dan bersifat subjektif. Spiritual merupakan kepercayaan terhadap kekuatan nonfisik yang berhubungan dengan perasaan, jiwa, sifat atau watak individu sebagai hamba Tuhan-Nya (Shobir, 2020).

## **2. Definisi kesejahteraan spiritualitas**

Makna dari kesejahteraan spiritual yaitu kesadaran antara lahir dan batin atau bisa dikatakan apabila seseorang sudah mencapai tingkat kesejahteraan di dunia dan spiritual (Semadi, 2020). Kesejahteraan spiritual tidak tercapai secara fisik seperti uang, jabatan, maupun status. Namun, tolak ukur dari kesejahteraan spiritualitas adalah hati, ketenangan dan ketentraman hati serta pikiran (Dahlioni, 2019).

Menurut Fisher, Francus, dan Jihkson (Sepriani, 2017) kesehatan spiritualitas dapat dilihat dari kesejahteraan spiritualitas seseorang dimana dalam kehidupannya mampu menjalin hubungan yang baik antara diri sendiri, orang lain, lingkungan, maupun dengan Tuhan-Nya. Kesejahteraan spiritual mencerminkan sejauh mana individu dalam mempertahankan keselarasan yang berkaitan dengan makna, tujuan, dan nilai-nilai kehidupan. Dalam kesejahteraan spiritualitas memiliki arti yang terkandung didalamnya seperti pemeliharaan secara fisik, biologis, perasaan, dan kesatuan (Sepriani, 2017).

## **3. Dimensi spiritualitas**

Tujuan dari spiritual adalah untuk mempertahankan keseimbangan dengan dunia luar, berjuang mendapatkan kekuatan ketika menghadapi permasalahan duniawi seperti stress emosional, penyakit fisik, atau kematian. Dimensi spiritual mampu memberikan kekuatan atau energi yang muncul dari kekuatan manusia karena spiritual dapat dijadikan energi.

Dimensi spiritual dikenal memiliki dua dimensi yaitu dimensi eksistensi dan dimensi agama. Dimensi vertikal atau spiritual bersifat lurus keatas yang menandakan hubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa (Pertiwi,

2019). Sedangkan, dimensi horizontal atau dimensi eksistensi adalah hubungan seseorang dengan diri sendiri, orang lain dan lingkungan (Putri, 2020).

Selain dimensi vertikal dan dimensi horizontal spiritualitas juga dikatakan sebagai:

- a. Dimensi eksistensial, dimensi ini menjelaskan mengenai makna dan tujuan serta arti kehidupan untuk mempertahankan keyakinan ibadah dalam pemenuhan kewajiban (Bini'Matillah et al., 2018).
- b. Dimensi agama, berfokus kepada hubungan antara Tuhan Yang Maha Esa sebagai penguasa dari kehidupan untuk mendapatkan pengampunan, cinta, serta menjalin penuh rasa kepercayaan terhadap Tuhan (Bini'Matillah et al., 2018).

#### **4. Aspek- aspek spiritualitas**

Aspek dalam spiritual berhubungan dengan dimensi yaitu dimensi vertikal dan horizontal (Putri, 2020). Aspek- aspek spiritual adalah sebagai berikut

- a. Hubungan
- b. Aktivitas vertikal dengan tuhan
- c. Rasa nyaman dan kekuatan
- d. Kedamaian
- e. Merasakan pertolongan
- f. Merasakan bimbingan
- g. Mempersiapkan dan merasakan kasih sayang
- h. Kekaguman
- i. Apresiasi dan rasa berterima kasih
- j. Kepedulian terhadap sesama
- k. Merasa dekat dengan tuhan

## 5. Tingkat spiritualitas

Pengukur tingkat spiritualitas seseorang dengan melihat skor total dari semua pertanyaan dengan menggunakan alat ukur SWBS (*Spirituality Well Being Scale*) dari Paloutzian dan Ellison (1983) yang telah dipakai oleh peneliti sebelumnya yaitu Lahzatin Atiqoh (2018) dalam judul Hubungan Kesejahteraan Spiritual (*Spiritual Well Being*) dengan Burnout Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (Atiqoh, 2018). Untuk mengukur tingkat spiritualitas seseorang dengan melihat skor total dari semua pertanyaan. Keterangan yang tercantum pada tabel skala terdiri dari 6 poin, 1 berarti sangat tidak setuju, 2 berarti cukup tidak setuju, 3 berarti tidak setuju, 4 berarti setuju, 5 berarti cukup setuju dan 6 berarti sangat setuju untuk pertanyaan yang bersifat *favorable*, sedangkan item pertanyaan yang bersifat *unfavorable*. Perhitungan dalam menentukan skor responden dapat dikategorikan < 53,4 maka dalam kategori rendah, nilai total berada dalam rentang 53,4- 86,6 termasuk kategori sedang, dan nilai total >86,6 termasuk kategori tinggi (Ibrahim, 2019).

### C. Kesepian

#### 1. Definisi Kesepian

Menurut Perman dan Peplau kesepian diartikan sebagai suatu kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang dialami oleh seseorang tentang tingkat hubungan sosial yang dimiliki. Seseorang akan mengalami kesepian apabila tidak mampu menjalin hubungan dengan orang lain seperti yang diharapkan oleh individu tersebut. Kesepian juga dapat muncul akibat seseorang mempunyai hubungan interpersonal tetapi merasa bahwa hubungan tersebut tidak bermakna dan tidak memuaskan (Sessiani, 2018).

Hulme menjelaskan bahwa kesepian adalah permasalahan kejiwaan yang berawal dari ketiadaan seseorang yang dianggap oleh individu sebagai orang yang dekat, penting, dan bermakna dalam hidupnya. Kesepian yang dirasakan oleh individu sifatnya adalah objektif, tergantung dari individu dalam menanggapi keadaan yang sedang dialami. Karena terdapat individu



yang tetap merasakan kesepian walaupun berada dilingkungan yang ramai (Sessiani, 2018).

Menurut David O. Sears kesepian diartikan sebagai suatu subjektif yang yang dirasakan oleh individu hubungan sosial mengalami kehilangan ciri pentingnya. Situasi kehilangan dapat terjadi karena dua hal yaitu secara kuantitatif dan secara kualitatif. Dikatakan sebagai kuantitatif apabila seseorang hanya memiliki sedikit teman atau bahkan tidak memiliki teman. sedangkan secara kualitatif dapat terjadi akibat seseorang tidak puas akan hubungan yang terjalin dengan orang lain (Sessiani, 2018).

## **2. Penyebab kesepian pada lansia**

### **a. Status perkawinan**

Hasil Penelitian Dahlberg menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak mengalami kesepian dari pada laki- laki. Namun, keadaan janda maupun duda merupakan faktor seseorang mengalami kesepian terlebih lagi lansia yang ditinggal mati oleh pasangannya. Kondisi janda atau duda kurang mendapatkan dukungan secara sosial dan menghindari interaksi sosial (Murdanita, 2018).

### **b. Dukungan keluarga**

Dukungan oleh keluarga menjadi faktor yang mempengaruhi kesepian karena keberadaan, kesediaan, maupun kepedulian dari anggota keluarga dapat menjadi sebuah *support* bagi lansia. Lansia dengan dukungan keluarga yang baik akan menurunkan tingkat kesepian. Dampak dari kurangnya dukungan pada lansia dapat menyebabkan rasa tidak dianggap, merasa tidak bisa melakukan aktivitas seperti dulu, merasa tidak dihargai. Apabila perasaan tersebut selalu muncul tidak menutup kemungkinan lansia dapat mengalami stress, depresi, dan kesepian (Munandar et al., 2017).

### **c. Spiritualitas**

Terdapat hubungan antara spiritualitas dengan tingkat kesepian, dimana lanjut usia merupakan individu yang mengalami banyak perubahan diantaranya psikologis. Kesepian merupakan masalah psikologis pada lansia yang paling sering ditemukan pada lansia. Spiritualitas dapat menjadi intervensi pada masalah kesepian karena spiritualitas dapat menjadi sumber energi dan kekuatan pada lansia untuk tetap melanjutkan kehidupan dengan bahagia dan damai (Fitriana et al., 2021). Dalam sebuah penelitian dikatakan bahwa tingkat spiritual yang tinggi berbanding terbalik dengan tingkat kesepian (Bini' Matillah et al., 2018).

### **d. Penurunan kesehatan pada lansia**

Faktor pemicu kesepian pada lansia yang lain adalah penurunan kondisi lansia yang tidak memungkinkan untuk berinteraksi dengan orang lain karena penyakit. Kondisi secara fisik lansia berbeda dengan kondisi orang dewasa, kondisi lansia cenderung terjadi berbagai penurunan fungsi organ vital dalam tubuh. Penurunan kondisi fisik pada lansia yang mengalami penurunan seperti pendengaran, penglihatan, gangguan sistem pencernaan, jantung, ginjal, dan kemampuan sistem imun tubuh. Penurunan sistem imun yang menurun akan menyebabkan lansia rentan terkena berbagai infeksi (Putri, 2020).

### **e. Budaya dan situasional**

Terjadi perubahan tata cara hidup dan kultur budaya. Namun, dalam era sekarang keluarga lebih memilih untuk menitipkan orang tua atau lansia di panti jompo dengan alasan sibuk dalam pekerjaan. Menurut budaya di Indonesia keluarga masih menjadi dasar dari perawatan bagi lansia atau keluarga yang sakit (Maydinar, 2021).

### **3. Klasifikasi kesepian**

#### **a. Kesepian emosional**

Jenis kesepian akibat kehilangan pasangan termasuk ke dalam jenis kesepian emosional karena kesepian emosional lebih mengarah ke perasaan bahwa seseorang memiliki hubungan yang kurang puas terhadap orang lain dan merindukan pendampingan dari orang lain. Aspek kesepian emosional terdiri dari kehilangan pasangan, hubungan intim, kekosongan, dan pengabaian dari keluarga. Pada usia lanjut hubungan intim biasanya dihubungkan dengan pasangan atau anak-anak karena pada usia yang sudah lanjut seseorang sudah tidak lagi menjalin hubungan dengan orang baru dan hanya fokus pada keluarganya (Garvin, 2018).

#### **b. Kesepian sosial**

Kesepian sosial adalah suatu interaksi atau hubungan sosial dengan orang lain, individu yang memiliki jaringan sedikit atau banyak tetapi tidak bermakna, maka akan menjadikan individu mengalami kesepian sosial. Aspek dari kesepian sosial terdiri dari pertemanan, rasa bosan, kepasifan dalam bersosialisasi, perubahan tempat tinggal seperti perpindahan dari lingkungan komunitas atau rumah menjadi tinggal di wisma atau panti, dan penolakan dari lingkungan (Garvin, 2018).

### **4. Dampak kesepian bagi lansia**

#### **a. Dampak kesepian bagi kesehatan fisik**

Cara lansia manajemen kesepian ada yang bisa berdamai dengan kesepian dan kualitas hidupnya menjadi lebih baik. Adapun individu yang tidak bisa berdamai dengan rasa sepi sehingga bisa menyebabkan masalah psikologis yang berlanjut menjadi masalah fisik seperti penurunan berat badan, sakit-sakitan, bahkan sampai merasa pesimis pada hidupnya. Kesepian yang berkelanjutan akan berdampak pada gangguan kesehatan yang kompleks seperti hipertensi, gangguan kardiovaskuler, gangguan kepribadian, bahkan dapat meningkatkan resiko kematian (Kirana, 2021).

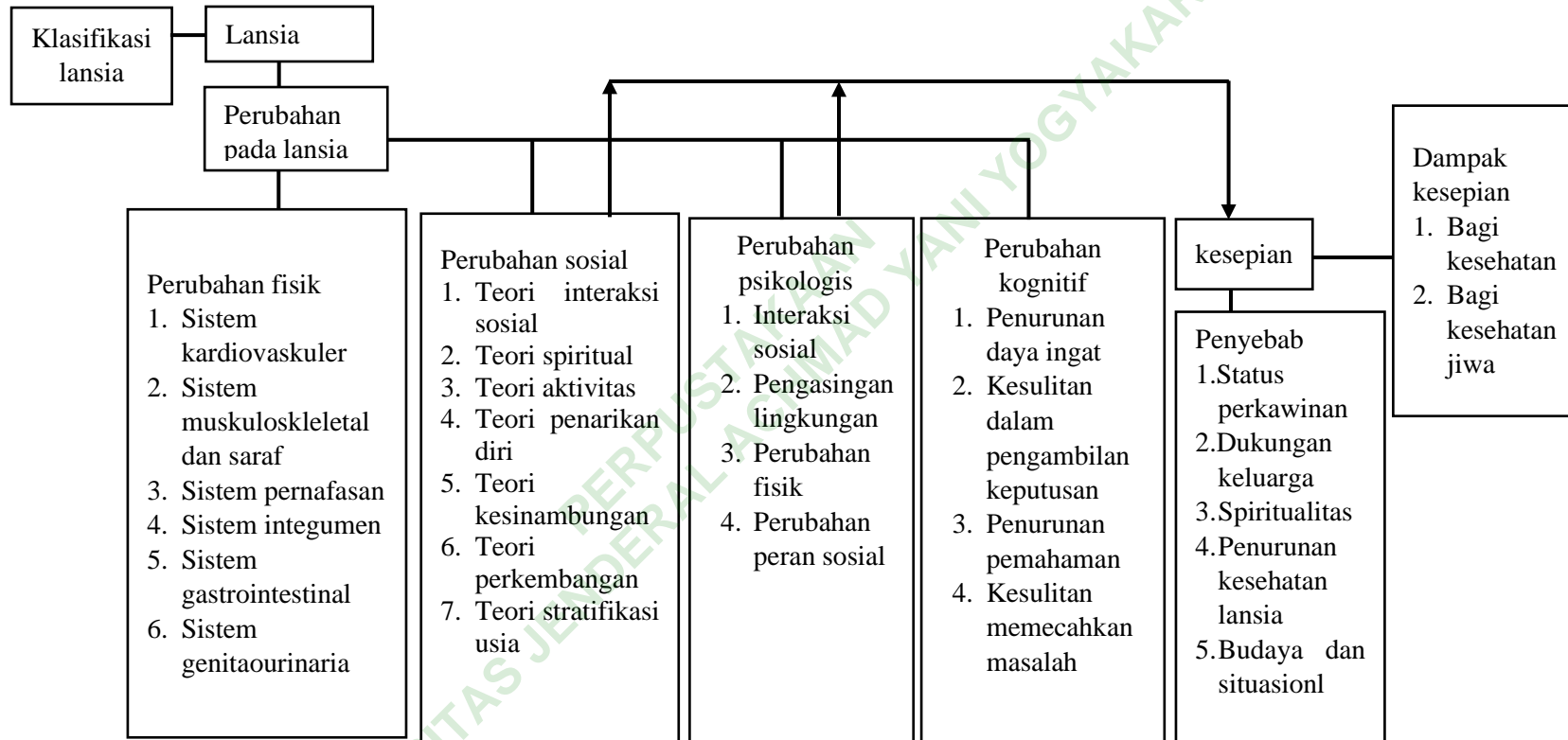
## **b. Dampak kesepian bagi kesehatan jiwa**

Kondisi psikologis dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia dan kebahagiaan. Ketidakmampuan akan hidup mandiri karena adanya masalah pada fisik dapat menyebabkan lansia mengalami rasa tidak percaya diri, tidak berdaya, merasa tidak dicintai. Apabila emosi tersebut muncul bersamaan dengan rasa sedih yang mendalam lansia tidak hanya mengalami kesepian namun dapat menjadi depresi (Nadhiroh et al., 2020).

## **5. Tingkat kesepian**

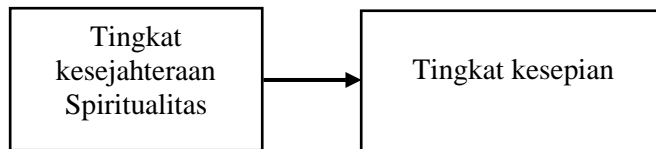
Untuk mengukur tingkat kesepian seseorang dapat diukur dengan kuesioner yang biasa di sebut UCLA (University of California, Los Angeles) *loneliness scale* yang dikembangkan oleh Russell, Peplau, dan Ferguson (1978). UCLA *loneliness scale* yang dilihat saat ini merupakan kuesioner yang telah dimodifikasi oleh Agung Sanjaya (2012) dengan mengadopsi kuesioner yang dimiliki oleh Daniel W. Russel tahun 1996. Dalam kuesioner UCLA *loneliness scale* terdapat 20 pertanyaan yang terdiri dari 11 pertanyaan negatif dengan nomor 2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, dan 18 sedangkan 8 sisanya merupakan pertanyaan positif yang terdiri dari pertanyaan nomor 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, dan 20. Perhitungan skor tingkat kesepian yaitu untuk pertanyaan negatif skor 1 untuk tidak pernah, skor 2 untuk jarang, skor 3 sering, skor 4 untuk selalu. Sedangkan, skor untuk pertanyaan positif yaitu skor 4 untuk tidak pernah, skor 3 jarang, skor 2 sering, dan skor 1 selalu. Klasifikasi tingkat kesepian yaitu kesepian ringan apabila rentang skor total ringan 20- 40, sedang 41- 60, dan berat 61- 80 (Murdanita, 2018).

### D. Kerangka teori



Sumber: (Atiqoh, 2018), (Bini' Matillah et al., 2018), (Budiarti et al., 2020), (Dahlia, 2019), (Fitria & Mulyana, 2021), (Garvin, 2018), (Kirana, 2021), (Maydinar, 2021), (Munandar et al., 2017), (Murdanita, 2018), (Nadhiroh et al., 2020), (Pertiwi, 2019), (Pranata et al., 2021), (Putri, 2020), (Rhosma, 2014), (Semadi, 2020), (Sepriani, 2017), (Sessiani, 2018), (Setiyorini & Wulandari, 2018), (Shobir, 2020), (Tyaningsih & Sulandari, 2021), (W, 2018), (Widi, 2021)

### E. Kerangka konsep



### F. Hipotesis

Terdapat hubungan antara tingkat spiritualitas seseorang dengan tingkat kesepian pada lansia di BPSTW Unit Abiyoso.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN