

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manula atau manusia lanjut usia adalah mereka yang sudah berumur 60 tahun maupun lebih. Jumlah lansia diperkirakan akan terus bertambah setiap tahunnya. Bertambahnya jumlah lansia akan memunculkan permasalahan seperti ketidakberdayaan akan mengurus dirinya (Yusuf et al., 2018), perubahan ekonomi, dan mulai hidup dengan bergantung kepada orang lain. Akibat bertambahnya usia mengakibatkan kemunduran dalam berbagai aspek yang dapat menjadi permasalahan atau biasanya disebut dengan proses menua (Mursyid & Rahman, 2020) .

Pada proses menua umumnya terdapat berbagai perubahan yang terjadi seperti perubahan fisik dan psikologis yang dapat mempengaruhi aktifitas atau ADL(*Activity of Daily Living*) dan hubungan sosial (Ulfi et al., 2018). Akibat penurunan secara fisik lansia mengalami perubahan aktivitas yang menjadikan peran sosial menurun. Masalah yang timbul akibat perubahan yang terjadi dapat berpengaruh pada kesehatan mental seperti harga diri rendah, stress, menarik diri dari lingkungan sehingga lansia mengalami kesepian bahkan depresi (Mursyid & Rahman, 2020).

Fenomena kesepian yang terjadi pada lansia merupakan masalah kesehatan mental yang sering di temui (Tiyaningsih & Sulandari, 2021). Prevalensi dari depresi lansia mencapai 8- 15% pada, hasil peninjauan dari beberapa negara didapatkan rata rata tingkat kesepian pada lansia 13,5% dengan analogi laki- laki dan perempuan 14,1%: 8,5%. Sedangkan hasil peninjauan tingkat kesepian pada lansia di Indonesia yang mengalami kesepian tingkat ringan sebanyak 69%, kesepian tingkat sedang 11%, dan kesepian tingkat berat 2%, serta 16% merupakan lansia yang tidak mengalami kesepian (Fitriana et al., 2021).

Kesepian merupakan perasaan tersisih, terabaikan, atau merasa terpengelak karena individu merasa berbeda dengan orang lain. Kesepian yang terjadi pada seseorang dapat memunculkan perasaan terlantarkan. Ciri- ciri yang tampak pada seseorang yang kesepian dapat dilihat seperti tampak murung, sering terdiam, dan melamun (Ningsih & Setyowati, 2020).

Seseorang dengan *self-compassion* yang tinggi maka dapat menurunkan kesepian karena adanya stabilitas emosi. Kesepian bisa saja terjadi kepada siapa saja tetapi dengan kemampuan *self-management* yang baik maka tingkat kesepian rendah. Dampak dari kesepian ini memiliki beberapa faktor yang terjadi pada lansia sebagai awal mula merasa kesepian. Faktor yang mempengaruhi seperti kematian pasangan, kurang dukungan, dan tingkat spiritualitas (Nur'aini et al., 2020).

Spiritualitas dengan kesepian memiliki hubungan yang signifikan menurut hasil penelitian Setyowati, Sigit, & Maulidiyah (2021). Dari penelitian tersebut menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki masalah kesepian dalam tingkat tinggi dengan tingkat spiritualitas yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan spiritualitas lansia mempengaruhi tingkat kesepian lansia karena spiritualitas mampu mendamaikan hati dan pikiran. Seseorang dengan keyakinan yang kuat atas Tuhan-Nya maka seseorang memiliki pedoman dan tujuan dari kehidupan yang sedang dijalani (Setyowati et al, 2021).

Spiritualitas tidak selalu mengacu pada hubungan antara individu dan tuhanNya karena spiritualitas terdapat 2 dimensi yaitu dimensi agama dan dimensi eksistensi. Dimensi agama lebih fokus kepada hubungan makhluk dan Tuhan-Nya, sedangkan dimensi eksistensi adalah hubungan dengan tujuan dan makna dari kehidupan. Kesejahteraan spiritualitas adalah proses menjabarkan ikatan secara terus menerus dan harmonis guna memperbaiki hubungan secara pribadi, masyarakat dan Tuhan-Nya. Pengukuran tingkat kesejahteraan spiritualitas seseorang dapat dilihat dari hubungan yang baik dan seimbang

antar hubungan dengan dirinya, masyarakat atau orang lain serta dengan Tuhan-Nya (Bini' Matillah et al., 2018).

Kesejahteraan spiritualitas mudah untuk mengalami perubahan khususnya pada lansia karena terjadi proses penuaan yang mengakibatkan penurunan secara fisik sehingga mempengaruhi kesehatan lansia. Menurunnya tingkat kesehatan lansia dapat mempengaruhi aktivitas yang sebelumnya bisa dilakukan seperti beribadah dan kegiatan sosial. Berkurangnya interaksi sosial akan menyebabkan lansia mengalami kesepian (Bini' Matillah et al., 2018).

Kesepian akibat kesejahteraan spiritual menjadi permasalahan yang sering ditemukan pada lansia. Tingkat kesepian lansia dapat terjadi pada lansia yang bertempat tinggal di komunitas dan tinggal dengan keluarganya maupun lansia yang di panti werdha. Namun, tingkat kesepian yang terjadi akan berbeda ketika lansia hidup di komunitas dan hidup di panti (Bini' Matillah et al., 2018). Hal ini disebabkan karena berpisahnya dengan anggota keluarga yang disayangi, rasa kesepian akan bertambah dengan meninggalnya pasangan, dan permasalahan ekonomi yang mengharuskan keluarga untuk menitipkan atau menyerahkan lansia kepada panti werdha. Selain itu, karena keterbatasan fisik dan lansia yang memiliki penyakit sehingga dapat menurunkan intensitas interaksi dengan lansia yang lain (Vella & Yarni, 2021).

Lansia yang hidup di panti juga memiliki kesejahteraan spiritualitas yang berbeda dengan lansia yang hidup di komunitas. Penelitian yang dilakukan oleh Ibrahim (2019) menunjukkan hasil bahwa sebanyak 41 lansia yang tinggal di panti dengan tingkat kesejahteraan spiritualitas sedang. Lansia yang tinggal di panti memiliki kesejahteraan yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia yang tinggal di komunitas (Ibrahim, 2019).

Kesepian merupakan suatu hal yang sifatnya pribadi serta setiap individu menanggapi rasa kesepian berbeda. Terdapat individu yang mampu berdamai dengan kesepian sehingga kualitas hidupnya menjadi lebih baik. Adapun individu yang tidak mampu berdamai dengan rasa sepi sehingga bisa

menyebabkan masalah psikologis yang berlanjut menjadi masalah fisik seperti penurunan berat badan, menurunnya sistem imun sehingga rentan terkena penyakit, bahkan sampai merasa pesimis pada hidupnya. Kesepian yang berkelanjutan akan berdampak pada gangguan kesehatan yang kompleks seperti hipertensi, gangguan kardiovaskuler, gangguan kepribadian dan depresi, bahkan dapat meningkatkan resiko kematian (Kirana, 2021).

Strategi yang dapat diterapkan oleh lansia ketika mengalami kesepian seperti merefleksikan diri dan berusaha menerima kondisi maupun keadaan yang sedang dijalani, meningkatkan spiritualitas dan keyakinan karena menurut studi literatur oleh Fitriana, Sari, dan Wibisono (2021) terdapat hubungan antara kesepian dengan spiritual lansia karena spiritualitas dapat menjadi energi karena spiritualitas juga dikatakan sebagai penghubung antara individu dengan Tuhan-Nya sehingga memunculkan rasa damai dan bahagia dalam dirinya (Fitriana et al., 2021). Selain interaksi dengan Tuhan spiritualitas diartikan sebagai terjalinnya hubungan dengan sesama dan lingkungan. Menjalin interaksi dengan orang lain dapat membantu lansia mengurangi rasa kesepian (Widyawati, 2019).

Kegiatan rutin yang dilakukan di panti werdha adalah kerohanian, melakukan kegiatan ibadah sesuai dengan kepercayaan individu. Namun, spiritualitas tidak hanya hubungan antara individu dengan tuhanNya melainkan juga hubungan antara individu dengan sesama. Kegiatan yang dapat menjalin interaksi dengan lansia lain adalah senam, bernyanyi bersama, atau sekedar bercerita dengan teman lansianya. Kenyataan yang terjadi dipanti yaitu hanya sekitar setengahnya yang dapat berpartisipasi dalam kegiatan. Hal ini terjadi karena keterbatasan fungsi fisik yang menurun atau penyakit sehingga lansia tidak bisa berjalan menuju tempat untuk melakukan ibadah (Vella & Yarni, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 19 Maret 2022, kegiatan rutin yang terdapat di BPSTW Unit Abiyoso yaitu senam lansia yang dilakukan setiap hari, bimbingan agama, bimbingan psikologi, keterampilan,

dendang ria, dan karawitan. Lansia yang tinggal di BPSTW Unit Abiyoso sebanyak 135 lansia yang tinggal di BPSTW Unit Abiyoso. Walaupun kegiatan untuk bersosialisasi dan kegiatan keagamaan difasilitasi oleh pihak panti, namun berdasarkan hasil wawancara dengan perawat di Unit Abiyoso, didapatkan data bahwa menurut observasi perawat terhadap lansia yang mengalami kesepian sekitar 54 lansia atau 40% dari 135 lansia. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 lansia menggunakan kuesioner *UCLA (University of California, Los Angeles) Loneliness Version 3* didapatkan hasil bahwa lansia yang tinggal di BPSTW Unit Abiyoso banyak yang mengalami kesepian dengan rata-rata mengalami kesepian sedang sebanyak 7 lansia, kesepian ringan 2 lansia dan 1 lansia mengalami kesepian berat. Berdasarkan hasil observasi dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan bahwa lansia yang tinggal di BPSTW Unit Abiyoso aktif mengikuti kegiatan yang difasilitasi oleh pihak panti, demikian juga untuk kegiatan beribadah seperti sholat di masjid dilakukan oleh lansia yang masih mampu berjalan secara mandiri tanpa alat bantu jalan.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kesejahteraan spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dapat merumuskan masalah “apakah terdapat hubungan antara kesejahteraan spiritualitas dengan tingkat kesepian lansia”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kesejahteraan spiritualitas dengan tingkat kesepian lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kesejahteraan spiritualitas lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

- b. Mengetahui tingkat kesepian lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.
- c. Mengetahui tingkat kesejahteraan spiritualitas berdasarkan karakteristik responden
- d. Mengetahui tingkat kesepian lansia berdasarkan karakteristik responden
- e. Mengetahui keeratan hubungan tingkat kesejahteraan spiritualitas dengan tingkat kesepian lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat bagi lansia

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini untuk lansia adalah sebagai informasi dan sebagai tambahan ilmu bagi lansia untuk mencegah munculnya rasa kesepian dan dapat memberikan informasi terhadap masalah yang berhubungan dengan spiritualitas dan kesepian.

2. Manfaat bagi panti

a. Manfaat bagi pegawai

Dapat memberikan tambahan informasi dan wawasan tentang gambaran dan kondisi kesepian pada lansia beserta penyebabnya. Sehingga pegawai atau perawat dapat memberikan dukungan kepada lansia sesuai dengan kebutuhan masing-masing lansia secara efektif.

b. Manfaat bagi manajemen panti

Dapat memberikan gambaran tingkat kesepian beserta penyebabnya sehingga manajemen panti dapat membuat kebijakan dan membuat kegiatan baru di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

3. Manfaat teoritis

- a. Dapat menambah teori tentang hubungan kesejahteraan spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lansia.
- b. Hasil penelitian ini dapat memperluas wawasan bagi para pembaca.

4. Manfaat praktisi

a. Manfaat bagi institusi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan ilmu baru sehingga dapat diterapkan oleh mahasiswa keperawatan sebagai referensi.

b. Manfaat bagi penelitian lain

Penelitian ini diharapkan mampu memperluas wawasan dengan data serta teori yang telah diperoleh dalam penelitian.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN