

intimnya, seperti orang dewasa yang tidak mempunyai pasangan atau teman dekat, kurangnya perhatian dari keluarga maupun orang sekitarnya, serta terjadi karena seorang kehilangan integrasi sosial atau komunitas yang terdapat teman dan hubungan sosialnya.

Dalam Marini (2009 : 81) kesepian sering terjadi pada lansia dimana keterpisahan menimbulkan permasalahan tersendiri bagi orang tua atau lansia. Kesepian akan semakin meningkat ketika pasangan hidup dari lansia meninggal dunia. Dan secara umum, kehilangan yang paling sulit yang dilalui adalah kehilangan pasangan hidup. Hal ini pun terjadi pada lansia yang tinggal di dalam panti werda atau panti jompo. Kebanyakan para lansia ini sudah tidak mempunyai pasangan hidup lagi. Hal ini akan mengakibatkan munculnya perasaan kesepian pada lansia tersebut.

Sedangkan keberadaan orang lansia seringkali masih dianggap sebagai hal negatif oleh orang sekitarnya, tidak terkecuali oleh keluarganya sendiri. Mereka menganggap orang lansia adalah beban keluarga dan masyarakat, dan kemudian tidak jarang dari keluarga menipkan orang lansia di panti sosial dan menelantarkan mereka. Padahal tidak selamanya orang lansia ini menjadi beban, mereka masih punya peran penting dalam keluarga dan masyarakat. Namun tindakan oleh keluarga terhadap orang lansia terkadang tidak memberikan dampak positif. Atas dasar kasih sayang dan merasa kasihan, keluarga melarang orang lansia untuk beraktivitas dan hanya diperbolehkan berdiam diri di rumah. Padahal tindakan yang seperti itu bisa berakibat buruk pada diri orang lansia. Selain merasa dirinya tidak berguna lagi, dengan tidak

melakukan aktivitas apapun akan membuat kualitas kesehatan orang lansia menurun karena mereka tidak mengolah gerak tubuhnya. Sebaliknya dengan mereka beraktivitas akan membuat tubuh mereka segar bugar dan bisa meningkatkan kualitas hidup orang lansia. Dengan memberikan dukungan untuk beraktivitas dan hal lain yang diinginkan orang lansia, selain membuat gairah hidupnya meningkat, juga membuat mereka merasa dihargai dan diperhitungkan keberadaannya (*self-esteemnya meningkat*). Dan dapat mengurangi rasa kesepian yang sangat ditakuti para lansia, karena banyak penelitian yang menemukan bahwa kesepian dapat menyebabkan seseorang mudah terserang penyakit, depresi, bunuh diri, bahkan sampai pada kematian pada lansia.

Pendapat Burns (1988 : 5) yang menyatakan bahwa kesepian terkait dengan harga diri (*self-esteem*) juga didukung dengan pernyataan Sawitri yakni individu yang kesepian cenderung menilai dirinya sendiri tidak berguna dan tidak bernilai. Individu ini biasanya merasa menjadi kurang berharga dan harga diri yang tidak optimal inilah yang membuat individu merasa kesepian, yang pada akhirnya individu tersebut merasa tidak nyaman berada dalam lingkungan dimanapun dia berada.

Frankie dan Prentice Dunn (dalam Santrock, 2002 : 113) menyatakan bahwa individu yang kesepian cenderung menyalahkan diri sendiri atas segala kekurangan mereka. Individu yang kesepian ini merasa yakin bahwa dirinyalah yang menjadi sumber dari masalah.

Dan ketika individu hidup sendirian hal ini bukan penyebab dari kesepian, dan jika mempunyai seseorang untuk dicintai bukan obat kesepian, serta tempat-tempat keramaian bukan penolong dari kesepian. Lalu apakah perbedaan antara orang-orang yang kesepian dan yang tidak kesepian ? Burns memberikan jawaban yakni ; perbedaan yang hakiki adalah perasaan harga diri (*self-esteem*), lebih lanjut dikatakan bahwa suatu pemecahan untuk kesepian ialah belajar mencintai diri sendiri, sekali anda merasa bahwa anda merasa dicintai oleh orang lain maka kesepian akan menjadi sebuah kenangan belaka (Burns, 1988 : 5).

Hal ini sesuai dengan keadaan di lapangan, yaitu dari pengamatan langsung terhadap sejumlah lansia yang bermukim di panti sosial lanjut usia. Sebagian lansia lebih merasa bahagia tinggal di panti tersebut, sebaliknya lansia juga merasa tidak bahagia dan merasa kesepian tinggal di panti tersebut. Lansia tersebut pada dasarnya membutuhkan bantuan secara finansial, nasehat yang membangun, pemberian semangat, serta kasih sayang yang melimpah dari lingkungan tersebut, terlebih lagi jika dukungan tersebut kurang mereka dapatkan dari anggota keluarga seperti anak-anak mereka karena berbagai kondisi dan kesibukan.

Seperti pada wawancara yang telah dilakukan sebelumnya pada lansia di panti tersebut ia mengatakan,

“Saya sudah lama tinggal di sini alasan saya ke tempat ini yah karena diungsikan anak saya. Saya di rumah tidak ada yang mengurus/merawat mangkanya saya dititipkan ke tempat ini. Sudah tidak punya suami anak sudah berkeluarga semua. Yah mau gimana lagi keluarga saya sudah sibuk sendiri, yah kadang kangen ingin ketemu keluarga, kepikiran anak. Anak saya juga sudah jarang ke sini. Di sini juga paling saya

di kamar terus, sudah tua ya tidak bisa apa-apa. Biasanya yah merasa bosan, sumpek, tidak ada teman berkeluh kesah. Yah pasrah saja sampai kapan saya di tempat seperti ini, meninggal di sini ataukah meninggal ketika bahagia di rumah bersama sanak keluarga”. (Wcr, 09/ 08/ 2015)

Berdasarkan hasil wawancara terhadap Bapak Krisno (selaku Kepala Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Lamongan) ini, mengatakan bahwa dari tahun ke tahun jumlah penghuni panti yang dikelolanya terus meningkat. Pada beberapa tahun terakhir, jumlah lanjut usia penghuni panti sampai pada batas maksimal, yaitu 55 orang. Tidak hanya itu, Bapak Krisno juga menambahkan, bahwa daftar tunggu (*waiting list*) calon penghuni panti wreda setiap harinya selalu bertambah. Namun mereka yang masuk dalam daftar tunggu harus bersabar, karena pihak panti memiliki keterbatasan tempat. Petugas panti akan mulai menyeleksi pendaftar bila ada lanjut usia penghuni panti yang pergi atau meninggal dunia.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan sebelumnya, bahwasannya di tempat pelayanan sosial lanjut usia tersebut terdapat beberapa lansia yang berumur diatas 65 tahun. Ada beberapa alasan dari para lansia yang bersedia untuk tinggal di tempat pelayanan sosial lanjut usia tersebut, diantaranya mulai dari permasalahan yang dialami keluarganya sehingga ia memilih untuk tinggal di tempat tersebut, ada yang dikarenakan sudah tidak mempunyai keluarga lagi ia hidup sebatang kara, selain itu ada juga yang dari keluarga mampu tetapi sengaja dititipkan di tempat tersebut karena anaknya yang sibuk bekerja dan tidak mempunyai waktu untuk mengurusnya, serta ada juga yang mempunyai niatan sendiri untuk tinggal di tempat sosial tersebut hanya ia tidak mau merepotkan dan membebani anaknya atas keberadaannya.

Dalam hal ini, terdapat karakteristik lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan di lamongan ini antara lain ialah dari segi kesehatan / fisik dimana yang pada dasarnya lansia itu mengalami penurunan / kemunduran ditambah keberadaannya yang berada di tempat penampungan akan menambah tidak terawatnya diri secara fisiknya. Banyak keadaan fisik lansia semakin menurun yang diakibatkan kurang terawatnya diri. Meskipun setiap dua minggu sekali ada pemeriksaan dari para medis yang sudah terjadwal secara berkala oleh instansi tersebut. Selain itu dari segi penyesuaian dirinya lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia tersebut nampak ada kekurangan. Banyak lansia yang menarik diri dari sosialnya, dan memilih untuk menyendiri. Penyesuaian diri dan sikap sosial yang buruk ini sering menyebabkan seringnya timbul pertengkaran / *cekcok* antar lansia satu dengan lainnya. Lansia yang tinggal di panti umumnya kurang merasa hidup bahagia, banyak lansia yang merasa kesepian tinggal di panti padahal banyak lansia atau penghuni di sana, lansia yang tinggal di panti merasa sedih karena keterbatasan ekonomi, meskipun kebutuhan mereka sehari-hari terpenuhi, lansia yang tinggal di panti tercukupi kebutuhan fisiknya namun mereka tetap merindukan dapat menikmati sisa hidupnya dengan tinggal bersama keluarganya, lansia yang tinggal di panti pada umumnya adalah lansia yang terlantar yang jauh dari anak dan cucu, maka akan cenderung kurang memaknai hidup, mereka menjalani hidup kurang semangat, kurang optimis, dan merasa kesepian atau hampa. Para lansia yang tinggal di panti juga kurang beraktifitas, baik aktifitas fisik maupun aktifitas

kognitif dan juga kurang aktif berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat. Selain itu terdapat pula karakteristik lansia yang tinggal di rumah bersama keluarganya antara lain ialah, perbedaan nilai-nilai yang dianut antara para lansia dengan generasi muda yang mengakibatkan timbulnya keresahan para lansia tersebut, kesulitan hubungan antara lansia dengan keluarga selama ia tinggal, ketidakmampuan keuangan atau ekonomi dari keluarga untuk menjamin penghidupan secara layak, serta berkurangnya kesempatan keluarga untuk memberikan pelayanan pada lansia.

Orang yang berusia lanjut akan menjadi sangat rentan terhadap gangguan kesehatan, termasuk depresi yang disebabkan oleh stres dalam menghadapi perubahan-perubahan kehidupan yang berhubungan dengan apa yang disebut sebagai tahun emas. Perubahan kehidupan yang dimaksud antara lain adalah pensiun, penyakit atau ketidakmampuan fisik, penempatan dalam panti sosial, kematian pasangan, dan kebutuhan untuk merawat pasangan yang kesehatannya menurun. Pendapat tersebut, yang menyebutkan bahwa gangguan mental terbanyak yang dialami oleh lanjut usia yang tinggal di salah satu panti sosial di Cibubur adalah depresi, yaitu sebesar 20,2%. Gangguan depresi ditemukan kira-kira 25% pada lanjut usia yang ada di komunitas. Tingginya *stressor* dan peristiwa-peristiwa kehidupan yang tidak menyenangkan dapat menimbulkan kemungkinan lanjut usia mengalami kecemasan, kesepian, sampai pada tahap depresi. Santrock (dalam Andini, 2013 : 130) menyatakan bahwa kemungkinan lansia lebih banyak tinggal di institusi-institusi, hampir seperempat lansia atau 23% dari jumlah lansia tidak

tinggal di rumah sendiri tetapi tinggal di institusi atau tempat pelayanan kesehatan.

Dan menurut Coopersmith (1996 : 130) menyatakan bahwa ciri-ciri orang dengan harga diri tinggi menunjukkan perilaku-perilaku seperti mandiri, aktif, berani mengemukakan pendapat, dan percaya diri. Sedangkan seseorang dengan harga diri yang rendah menunjukkan perilaku seperti kurang percaya diri, cemas, pasif, serta menarik diri dari lingkungan. Penelitian yang dilakukan oleh Andini dan Supriyadi (2013 : 129) menemukan bahwa untuk menghindari harga diri yang rendah, lansia diharapkan dapat mempertahankan serta meningkatkan pikiran positif agar dapat melanjutkan kehidupan selanjutnya, saat lansia berada di dalam panti sosial. Andini dan Supriyadi melanjutkan bahwa dengan tetap berpikir positif kepada diri sendiri, orang lain dan lingkungan maka lansia akan dapat berinteraksi dengan baik dengan lansia lainnya serta tidak menjauhkan diri dari pergaulan baru di panti sosial, sehingga dapat mengurangi kesepian yang biasanya melanda para lansia yang tidak bisa menyesuaikan pada lingkungan barunya.

Pada lanjut usia, kondisi yang mempercepat rasa kesepian dikarenakan adanya perubahan sosial yang kurang harmonis. Ditambah lagi adanya sikap masyarakat yang mensejajarkan lanjut usia yang sakit-sakitan, kemampuan fisik dan mental yang merosot, harga diri yang menurun, serta potensi dan peranan sosial yang berkurang. *Stereotype* tersebut mempengaruhi sikap masyarakat terhadap orang yang lanjut usia cenderung tidak menyenangkan karena mereka hanya dianggap sebagai manusia jompo sehingga akan menjadi

beban orang yang lebih muda. Manusia sebagai makhluk sosial tidak bisa terisolasi secara psikis, tidak terkecuali para lanjut usia. Para lanjut usia juga membutuhkan kontak dan komunikasi dengan orang lain, ingin dicintai dan mencintai, dihargai orang lain, ia ingin berdialog dan mengadakan pertemuan dengan orang lain. Lanjut usia itu mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya. Ada juga lanjut usia yang dapat melakukan penyesuaian diri tetapi lanjut usia tersebut tidak mendapatkan kepuasan dalam hidupnya. Hal ini menimbulkan konflik kemudian memanifestasikan di dalam tingkah laku yang tertutup atau berwujud perilaku menarik diri dari lingkungan sosial yang menyebabkan lanjut usia mengalami kesepian.

Fenomena kesepian juga dirasakan oleh para lansia di tempat pelayanan sosial lanjut usia di Lamongan, hal ini terlihat dari rasa rendah diri yang ditunjukkan oleh para lansia di tempat pelayanan tersebut. Mereka terkadang merasa iri dengan orang lainnya, yang bisa hidup berdampingan bersama anaknya dengan bahagia, masih bisa melakukan aktivitas sesuai keinginannya dan masih bisa produktif. Sedangkan dirinya hanya bisa berdiam diri, tidak berguna dan menunggu ajal yang akan menjemputnya di tempat pelayanan sosial tersebut. Sehingga para lansia ini menarik diri dari sosialnya dan enggan mengikuti kegiatan-kegiatan yang sudah terjadwal di tempat pelayanan tersebut. Padahal yang semestinya diterima para lansia ini adalah suatu kebahagiaan, dimana kebahagiaan yang diperoleh dari lingkungan keluarga maupun sekitarnya. Sehingga dengan kebahagiaan yang diperoleh,

E. Keaslian Penelitian

Sebagai bahan acuan, peneliti menggunakan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan hubungan *self-esteem* dengan tingkat kecenderungan kesepian pada lansia, yaitu :

Penelitian yang dilakukan oleh Mangesti Yuniarti, dkk (2015) dengan judul “Hubungan antara *self-esteem* dengan kesiapan pensiun pada perwira menengah TNI AL” yang menggunakan desain korelasi Product Moment Person. Berdasarkan hasil uji korelasi dapat diperoleh besarnya korelasi antara variabel *self-esteem* dengan variabel kesiapan pensiun yaitu 0,8333 dengan nilai signifikan 0,000. Hal ini menunjukkan suatu hubungan positif antara *self-esteem* dengan kesiapan pensiun yang berarti semakin tinggi *self-esteem* seorang perwira menengah TNI AL maka semakin tinggi pula kesiapan pensiun yang ada di dalam dirinya. Selain itu nilai signifikansinya yang diperoleh sebesar 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

Penelitian yang dilakukan oleh Palamina, dkk (2012) dengan judul “Pengaruh bimbingan mental untuk meningkatkan *self-esteem* pada lanjut usia depresi di panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya” yang menggunakan metode eksperimen dan dari hasil uji *Wilcoxon Mann-Whitney* diperoleh nilai $p =$ sebesar $0,04 < \alpha = 0,05$, dan nilai $Z = 2,140$ yang menggambarkan terdapat pengaruh antara bimbingan mental pada penurunan tingkat depresi dan penurunan tingkat *self-esteem* terhadap lansia.

Penelitian yang dilakukan Dinie Ratri (2012) dengan judul “Hubungan *self-esteem* dengan penyesuaian diri terhadap masa pension pada pensiunan Perwira Menengah TNI AD” yang menggunakan metode rancangan korelasional dengan melihat variabel terikat dengan variabel tergantungnya. Dan kesimpulannya ialah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* para pensiunan Pamen TNI AD dengan kemampuan penyesuaian diri masa pensiunnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Fathra Nauli, dkk (2014) dengan judul “Hubungan Keberadaan Pasangan Hidup dengan Harga Diri pada Lansia” yang menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional study* dan pengambilan sampelnya secara *cluster sampling*. Hasil penelitian tentang harga diri (*self-esteem*) ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang mempunyai pasangan hidup 61 orang (92,4%) mempunyai harga diri tinggi dan yang tidak mempunyai pasangan hidup 54 orang (81,8%) sama-sama mempunyai harga diri yang tinggi. Dari hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan keberadaan pasangan hidup dengan harga diri (*self-esteem*) pada lansia.

Penelitian yang dilakukan oleh Rieska Putri (2013) dengan judul “Kesepian pada Lanjut Usia di Pondok Sosial” yang menggunakan metode penelitian deskriptif menunjukkan bahwa lansia di pondok sosial tersebut mengalami kesepian dalam dua hal. Kesepian yang diakibatkan oleh kurangnya dukungan sosial dari keluarga, dan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Wasis Basuki (2015) dengan judul “Faktor-faktor penyebab kesepian terhadap tingkat depresi pada lansia penghuni panti sosial tresna werdha nirwana puri kota Samarinda” yang menggunakan metode kualitatif deskriptif. Yang menunjukkan beberapa faktor penyebab kesepian yakni dikarenakan tidak adanya hubungan intim antara subjek dengan suami ataupun dengan anaknya dengan kata lain subjek mengalami kesepian secara emosionalnya.

Sedangkan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua variabel yang dijadikan penelitian yaitu *self-esteem* sebagai variabel bebas (x) dan kesepian sebagai variabel terikat (y) dan subjeknya mengarah pada lansia. Penelitian ini belum pernah diteliti dan perlu diteliti dikarenakan banyak anggapan masyarakat yang mensejajarkan lansia itu sakit-sakitan, kemampuan fisik dan mental yang merosot, harga diri (*self-esteem*) yang menurun, serta potensi dan peranan sosial yang berkurang. Hal ini akan mempengaruhi masyarakat untuk cenderung tidak menyenangkan adanya lansia karena mereka hanya dianggap sebagai manusia jompo yang akan menjadi beban orang yang lebih muda. Dan kebanyakan masyarakat sekitarnya acuh terhadap keberadaan lansia tersebut.

Hal ini menimbulkan konflik kemudian memanifestasikan di dalam tingkah laku yang tertutup atau berwujud perilaku menarik diri dari lingkungan sosial yang menyebabkan lansia mengalami kesepian. Padahal manusia sebagai makhluk sosial tidak bisa terisolasi secara psikis, tidak terkecuali para lansia. Para lansia juga membutuhkan kontak dan komunikasi

