

Bentuk Dan Faktor Kesepian Pada Lansia Di Wisma X

Kinta Duanty¹, Riska Angelia², Alleshandra Atthaya Vebrina Amelia Suci³, Linda Wati⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Psikologi, Universitas Tarumanagara

Corresponding Author: Linda Wati e-mail: lindaw@fpsi.untar.ac.id

Published: July, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini membahas mengenai rasa kesepian yang dialami oleh lansia yang berada di wisma. Perubahan kondisi lansia secara psikologis maupun fisik membuat perawatan lansia menjadi ekstra dan ketidakmampuan anggota keluarga dalam merawat lansia mengakibatkan lansia berada di wisma. Rasa kesepian yang dirasakan oleh lansia memberikan dampak pada kondisi fisik dan psikologis, sehingga lansia dapat mengalami penurunan interaksi sosial dengan sekitarnya. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini memiliki 3 subjek dengan rentang usia 61-73 tahun dan berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Teknik *indepth interview* serta observasi yang didasari oleh teori kesepian Weiss dan teori Goodman, Adams, dan Swift mengenai faktor kesepian, digunakan dalam pengambilan data. Pengolahan data dilakukan dengan metode analisis deduktif tematik. Hasil penelitian menunjukkan bentuk kesepian sosial lebih banyak dialami oleh subjek, hal ini dikarenakan terbatasnya jalinan hubungan sosial antara subjek dengan penghuni wisma. Perubahan kondisi fisik dan kesehatan menjadi faktor utama yang membatasi interaksi lansia, begitu juga dengan perubahan psikologis yang dialami lansia akibat penuaan. Keterbatasan dalam menjalin hubungan dengan keluarga maupun teman, serta tidak adanya sosok untuk memberikan keintiman dan kelekatan menjadi salah satu faktor munculnya kesepian emosional pada subjek.

Kata kunci: Kesepian, Lansia, Wisma

Published: May, 2021

ABSTRACT

This research discusses the loneliness experienced by the elderly who are at the nursing home. Changes in the condition of the elderly psychologically and physically make extra care for the elderly and the inability of family members to care for the elderly results in the elderly being at the nursing home. The loneliness felt by the elderly has an impact on physical and psychological conditions, so that the elderly can experience a decrease in social interaction with their surroundings. The type of this research is qualitative research with a phenomenological approach. This study has 3 subjects with an age range of 61-73 years and are male and female. Indepth interview and observation techniques based on Weiss's Loneliness theory and Goodman, Adams, and Swift's theory of loneliness factors were used in this data collection. The processing of data was done using thematic deductive analysis method. The results showed that social loneliness was mostly experienced by the subject, this was due to the limited social relationships between the subject and the residents of the nursing home. Changes in physical condition and health are the main factors that limit the interaction of the elderly, as well as psychological changes experienced by the elderly due to aging. Limitations in establishing relationships with family and friends, and the absence of a figure to provide intimacy and attachment is one of the factors in the emergence of emotional loneliness in the subject.

Keywords: Loneliness; Elderly; Nursing Home

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Masa akhir dari tahap perkembangan manusia adalah masa lansia. Santrock (2013) menyatakan lansia merupakan individu yang telah berusia 60 tahun ke atas atau sekurang-kurangnya adalah 60 tahun. Mengutip dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2024), Indonesia telah memasuki fase *ageing population*, yang berarti sekitar 1 dari 10 penduduk merupakan lansia. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2024) juga menyatakan bahwa pada tahun 2024 sebesar 12% persen penduduk Indonesia merupakan lansia. Persentase ini menunjukkan peningkatan pada jumlah lansia dari tahun 2015 dengan persentase sebesar 8,49% dari populasi penduduk. Peningkatan jumlah lansia di Indonesia memicu rasio ketergantungan lansia yang juga terus

meningkat, hal ini ditunjukkan dari rasio ketergantungan pada lansia pada tahun 2023 yang mencapai 17,08% mengalami peningkatan di tahun berikutnya menjadi 17,76%, yang berarti setiap 100 penduduk usia produktif harus menanggung sekitar 17 penduduk lansia (Yonatan, 2025). Tidak hanya tanggungan secara finansial, lansia juga tentunya memerlukan dukungan secara fisik dan psikologis. Hal ini dikarenakan kondisi tubuh lansia yang mulai mengalami proses penuaan, yaitu penurunan fungsi tubuh yang berkaitan dengan bertambahnya usia individu (Papalia & Martorell, 2021).

Kondisi lansia yang mengalami penurunan dalam aspek fisik maupun psikologis ini membuat lansia cenderung membutuhkan perawatan ekstra. Ketidakmampuan anggota keluarga dalam memberikan perawatan terhadap lansia dapat mendorong mereka untuk mengirimkan lansia ke wisma lansia (Priyanto, 2017). Kurangnya frekuensi kunjungan terhadap lansia dari keluarga dapat menyebabkan lansia menjadi sulit tidur, kurang nafsu makan, hingga menimbulkan rasa ingin meninggalkan panti jompo (Alriskiana, 2015). Selain itu, kondisi lansia yang mengalami berbagai penurunan dalam berbagai aspek juga dapat berpengaruh terhadap interaksi sosial lansia. Berdasarkan teori *disengagement*, berkurangnya keterlibatan sosial lansia secara bertahap dan kecenderungan untuk lebih berfokus pada diri sendiri merupakan salah satu bagian normal dari penuaan (Papalia & Martorell, 2021). Penelitian yang dilakukan Satria dan Wibowo (2022) menunjukkan bahwa interaksi sosial serta kurangnya dukungan sosial dari keluarga atau lingkungan sekitar berkaitan dengan kesepian pada lansia.

Kesepian merupakan perasaan subjektif individu akibat interaksi sosial yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan (Russel, 1996). Weiss (dalam Peplau & Perlman, 1982) membagikan kesepian menjadi 2 kategori, yaitu *social loneliness* yaitu ketika seseorang kurang mendapatkan interaksi dengan lingkungan sekitar dan *emotional loneliness* yaitu ketika tidak terdapat kelekatan antara satu individu dengan individu yang lainnya. Goodman et al. (2015) menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat menyebabkan kesepian yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik meliputi (a) keikutsertaan dalam kelompok sosial primer seperti gender, etnis, atau usia, (b) kepribadian, dan (c) respon psikologis yang negatif. Sementara, faktor ekstrinsik merupakan faktor-faktor yang berasal dari luar diri seperti (a) faktor lingkungan, (b) peristiwa pada kehidupan, trauma, dan transisi, serta (c) kondisi personal seperti kesehatan dan ekonomi. Sementara itu, Peplau (1988) menyatakan bahwa salah satu penyebab individu mengalami kesepian adalah *precipitating factors*, yang berarti kesepian dipicu oleh berakhirnya sebuah hubungan yang penting ataupun berpisahannya individu dari ikatan sosial yang berarti. Ikatan sosial ini salah satunya mengacu pada hubungan keluarga pada individu. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan lansia yang hidup sendiri memiliki nilai rata-rata kesepian yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang hidup bersama keluarga (Saraswati et al., 2023).

Kesepian sendiri tentunya dapat memberikan dampak terhadap lansia. Penelitian yang dilakukan oleh Batubara et al. (2022) menunjukkan bahwa tingginya tingkat kesepian yang dialami lansia dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia, di mana mayoritas lansia yang memiliki tingkat kesepian yang tinggi juga memiliki kualitas hidup yang buruk. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Hindriyastuti & Safitri (2022) memberikan hasil bahwa kesepian akan mempengaruhi tingkat depresi pada lansia. Semakin tinggi rasa kesepian pada lansia maka semakin tinggi pula tingkat depresi pada lansia, sebaliknya semakin rendah rasa kesepian maka semakin rendah pula kecenderungan depresi yang dialami (Risdianto, 2019).

Erfiyanti et al. (2023) sebelumnya telah melakukan penelitian mengenai kesepian pada lansia. Hasil penelitian menunjukkan beberapa faktor penyebab kesepian yang dialami lansia serta dampak negatifnya terhadap kesejahteraan lansia. Namun, penelitian ini hanya dilakukan terhadap lansia perempuan serta belum melampirkan bentuk kesepian yang dialami oleh lansia. Maka dari itu, peneliti melakukan penelitian ini untuk mengeksplorasi pengalaman kesepian pada lansia perempuan dan laki-laki untuk memahami lebih lanjut bentuk kesepian yang dialami oleh lansia serta pemicunya untuk mencegah terjadinya fenomena ini pada lansia.

METODE PENELITIAN

Partisipan Penelitian

Pencarian sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini digunakan untuk mencari sampel dengan adanya pertimbangan karakteristik dan yang senilai dengan tujuan penelitian. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah lanjut usia berusia 60 - 80 tahun, menjadi penghuni di wisma, dan mampu berkomunikasi dengan jelas. Penelitian ini dilakukan pada 3 subjek yang menjadi penghuni wisma X.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada salah satu wisma werdha yang berada di Jakarta Barat. Wisma werdha merupakan tempat atau rumah transit bagi para lansia dengan kondisi fisik dan kesehatan yang menghambat aktivitas sehari-hari secara mandiri, serta anggota keluarga yang tidak memiliki kemampuan untuk merawat lansia dengan kondisi khusus.

Analisis Statistik

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi menggambarkan pengalaman hidup individu mengenai suatu fenomena yang mereka gambarkan dan gambaran pengalaman memiliki makna bagi individu yang mengalami pengalaman (Creswell & Creswell, 2018). Fenomenologi menggambarkan kesamaan makna dari beberapa pengalaman hidup individu atau fenomena yang dialami oleh para individu (Creswell, 2013). Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti adalah *indepth interview* dan observasi. Pernyataan wawancara serta observasi yang dilaksanakan didasari oleh teori Weiss pada tahun 1982 mengenai bentuk kesepian yang berdimensikan *emotional loneliness* dan *social loneliness* dengan total 20 butir pertanyaan. Pernyataan mengenai bentuk dan faktor penyebab kesepian didasari oleh teori Goodman, Adams, dan Swift tahun 2015 mengenai faktor kesepian, yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik kesepian lansia berisikan anggota dalam kelompok sosial, kepribadian, dan respon psikologis. Faktor ekstrinsik dalam kesepian lansia meliputi situasi pribadi, faktor lingkungan, dan peristiwa kehidupan, trauma dan transisi. Penelitian ini berfokus pada pengalaman kesepian yang dialami oleh lanjut usia yang tinggal di wisma, terutama pada bentuk dan faktor penyebab kesepian pada lanjut usia.

Olah data penelitian dilakukan dengan menggunakan analisis deduktif tematik. Metode analisis tematik merupakan teknik mengidentifikasi tema dari gambaran pengalaman yang dijelaskan oleh partisipan (Creswell, 2013) Analisis tematik secara deduktif dilakukan dengan tema yang sudah ditentukan dari teori yang mendasari, yaitu bentuk kesepian dan faktor kesepian. Proses pengambilan data dengan dilakukan wawancara menggunakan alat bantu rekaman, yaitu *smartphone* setelah mendapatkan persetujuan dari subjek. Keabsahan data didapat dengan wawancara yang juga dilakukan terhadap perawat di Wisma X sebagai informan sekunder. Pengamatan perilaku terhadap subjek dilakukan setiap 3 kali dalam seminggu selama 1 bulan.

HASIL

Penelitian ini dilakukan terhadap tiga subjek yang berada pada rentang usia 61 - 73 tahun. Terdapat satu subjek berjenis kelamin laki-laki dan dua lainnya merupakan perempuan. Subjek 1 dan subjek 2 berasal dari suku Tionghoa, sementara subjek 3 berasal dari suku Betawi. Ketiga subjek menempuh pendidikan terakhir yang kurang lebih setara yaitu Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Teknik Mesin. Untuk status pernikahan, hanya subjek 3 yang memiliki istri tetapi tidak memiliki anak, subjek 2 tidak menikah dan juga tidak memiliki anak. Ketiga subjek juga memiliki riwayat penyakit dimana subjek 1 mengidap penyakit ginjal, subjek 2 mengidap vertigo akut, dan subjek 3 mengalami stroke. Informasi mengenai data demografi subjek dilampirkan dalam tabel 1.

Table 1. Data Demografi Subjek

	Subyek 1 (YM)	Subyek 2 (YL)	Subyek 3 (DM)
Usia	71	61	73
Jenis Kelamin	P	P	L
Suku/etnis	Tionghoa	Tionghoa	Betawi
Pendidikan Terakhir	Sekolah Menengah Atas (SMA)	Sekolah Menengah Atas (SMA)	Sekolah Teknik Mesin (STM)
Status Pernikahan	Tidak menikah	Tidak menikah	Menikah
Riwayat Penyakit	Ginjal	Vertigo akut	Stroke

Hasil olah data yang dilakukan menunjukkan bahwa ketiga subjek mengalami bentuk kesepian sosial dan terdapat satu subjek yang juga mengalami kesepian emosional. Kesepian sosial sendiri terkait pada hubungan sosial yang terjalin pada individu. Pada ketiga subjek, terdapat perasaan bahwa tidak adanya teman untuk mengobrol dan bercerita di wisma. Subjek 2 menyatakan bahwa subjek 2 tidak memiliki teman mengobrol di wisma karena merasa penghuni wisma sibuk dengan urusannya masing-masing. Hal ini ditunjukkan melalui pernyataan *“Gak ada siapa teman ngobrol, orang pada sibuk semuanya”* (Subjek 2). Subjek 2 juga banyak menghabiskan waktunya sendirian di kamar tidurnya. Hal serupa dialami oleh subjek 1 yang menyatakan bahwa terkadang ia merasa tidak memiliki teman mengobrol dan memilih untuk tidur ketika hal ini terjadi. Hal ini ditunjukkan oleh pernyataan *“Kadang-kadang sibuk... jadinya gak ada temen ngobrol... saya ngantuk, saya tidur aja di kamar..”* (Subjek 1). Subjek 1 juga sering terlihat menyendiri dibandingkan berinteraksi dengan penghuni wisma lainnya. Sementara itu, subjek 3 terkadang menghabiskan waktunya berdiam diri di dekat tempat tidurnya dikarenakan teman mengobrolnya di wisma sudah tidak dapat berbicara. Hal ini dibuktikan melalui pernyataan *“Ada teman, tapi dia udah gak bisa ngomong.”* (Subjek 3). Sama halnya dengan subjek 1 dan subjek 2, subjek 3 memilih untuk tidur ketika ia merasa tidak ada yang dapat mendengarkan ceritanya. Ketiga subjek yang merasa tidak memiliki teman untuk sekadar bertukar cerita menunjukkan sedikitnya hubungan sosial yang terjalin pada subjek dengan penghuni wisma.

Kesepian emosional yang dialami oleh subjek 2 terlihat melalui keluarga yang sudah lama tidak mengunjungi atau berkomunikasi secara langsung dengan subjek 2. Inti dari kesepian emosional sendiri bukan hanya kehilangan sosok yang dicintai, melainkan juga hilangnya hubungan keterikatan yang terjalin dengan mereka (Ouellette, 2004). Intensitas pertemuan lansia dengan keluarga dan teman dekat dapat menurun ketika lansia tinggal di wisma. Pada subjek 2, keluarganya hanya sesekali menghubungi perawat untuk menanyakan kabar dari subjek 2. Namun, hampir tidak ada komunikasi secara langsung maupun tidak langsung yang terjalin antara subjek 2 dengan keluarganya. Subjek 2 juga mengaku sudah mengetahui lagi kabar dari teman dekatnya di luar wisma. Penelitian yang dilakukan oleh Septiningsih & Na'imah (2012) menunjukkan bahwa pemicu kesepian yang dialami beberapa lansia adalah keluarga yang jarang mengunjungi serta tidak memperhatikan. Selain itu, subjek 2 juga tidak menikah dan tidak memiliki anak.

Faktor kesepian yang dialami oleh ketiga subjek apabila ditinjau melalui pernyataan Goodman et al. (2015) dapat dibagi menjadi 2 yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor ekstrinsik kesepian pada ketiga subjek seluruhnya meliputi kondisi personal yaitu kondisi kesehatan maupun fisik dari subjek. Subjek 1 sendiri yang memiliki riwayat penyakit ginjal membuatnya memilih untuk berdiam diri ataupun tidur di kasurnya dibandingkan berinteraksi dengan lansia lainnya. Subjek 3 sendiri harus menggunakan kursi roda dan mengalami *stroke* di bagian tangan kiri. Kondisi ini menyebabkan subjek 3 tidak bisa berpindah tempat secara mandiri. Sementara, subjek 2 yang memiliki riwayat penyakit vertigo akut membuat subjek 2 harus berbaring di tempat tidurnya. Subjek 2 bahkan tidak dapat duduk terlalu lama karena penyakitnya ini. Subjek 2 juga harus

menggunakan kursi roda untuk beraktivitas, tetapi sebagian besar waktunya dihabiskan berdiam diri di tempat tidur. Kondisi kesehatan maupun fisik dari ketiga subjek membatasi interaksi yang terjalin antara subjek dengan penghuni wisma lainnya.

Faktor ekstrinsik kesepian lainnya adalah kepribadian dari subjek. Individu dengan kepribadian yang cenderung *extrovert* lebih sedikit berpotensi mengalami kesepian. Penelitian dari Hardi & Hakim (2020) memberikan hasil bahwa terdapat hubungan positif rendah antara kepribadian introvert dengan kesepian. Subjek 1 mengaku bahwa ia merupakan pribadi yang lebih senang menyendiri. Hal ini dibuktikan melalui pernyataan *“Lebih suka menyendiri.. iya lebih nyaman”* (Subjek 1). Sementara, subjek 3 mengaku bahwa ia merupakan orang yang susah untuk memulai percakapan dengan orang baru. Subjek 3 juga tidak mudah percaya dan terbuka pada orang baru. Hal ini dibuktikan melalui jawaban *“Nggak, karena baru kenal”* (Subjek 3).

Faktor ekstrinsik lainnya adalah faktor lingkungan, yaitu lingkungan lansia yang kurang mendukung bagi lansia untuk memiliki interaksi sosial. Kondisi kesehatan subjek 2 membuatnya harus terus berada di kamar yang lokasinya tidak berdekatan dengan lokasi lansia-lansia lain biasanya berada. Selain itu, ketika dikumpulkan dengan lansia lain, subjek 2 merasa bahwa lansia lain lebih banyak diam dan tidak mengajak S2 mengobrol. Subjek 2 juga mengaku bahwa ia merasa lansia lain tidak mengerti apa yang ia bicarakan. Hal ini dibuktikan melalui pernyataan sebagai berikut:

“Saya didorong ke sana tuh, ke ruangan tengah yang banyak kursi roda oma oma tuh, ‘ngomongg ituu’, saya bilang gak ngerti ah ngomong apa sih, saya diem aja udah, pada ga ngerti saya ngomong apa ya diem aja” (Subjek 2).

“Di situ juga pada diem aja oma-omanya, diemmm aja” (Subjek 2).

Subjek 2 mengaku bahwa ia merupakan pribadi yang senang untuk mengobrol dan berkumpul. Namun, kondisi lingkungan seperti lokasi yang terpisah serta lansia lain yang tidak mendukung untuk berinteraksi menjadi hambatan bagi subjek 2 untuk menjalin hubungan sosial. Selain itu, tinggal di wisma juga membuat intensitas pertemuan subjek 2 dan keluarganya yang menurun secara drastis dibandingkan saat subjek 2 masih tinggal bersama keluarga.

Table 2. Kategorisasi Tema Bentuk Kesepian dan Faktor Kesepian

Subjek	Bentuk Kesepian		Faktor Kesepian	
	Tema	Subtema	Tema	Subtema
S1	Kesepian Sosial	Tidak memiliki teman mengobrol dan bercerita.	Faktor ekstrinsik	Kondisi kesehatan.
			Faktor intrinsik	Lebih suka menyendiri.
S2	Kesepian Sosial	Tidak memiliki teman mengobrol dan bercerita.	Faktor ekstrinsik	Kondisi fisik dan kesehatan.
	Kesepian Emosional	Sudah lama tidak dikunjungi atau berkomunikasi dengan keluarga.		Lansia lain yang kurang mendukung untuk berinteraksi.

		Tidak memiliki teman dekat di luar wisma.		
		Tidak memiliki teman mengobrol dan bercerita.	Faktor ekstrinsik	Kondisi fisik dan kesehatan.
S3	Kesepian Sosial		Faktor intrinsik	Sulit memulai percakapan dan percaya dengan orang baru.

DISKUSI

Penelitian menemukan bahwa baik subjek perempuan maupun laki-laki dapat mengalami kesepian. Bentuk kesepian yang lebih banyak dialami adalah kesepian sosial dibandingkan dengan kesepian emosional. Kesepian sosial dapat dialami ketika individu memiliki sedikit hubungan sosial ataupun ketika individu memiliki banyak hubungan sosial tetapi tidak bermakna (Septina & Priyanto dalam Priyanto, 2017). Tidak adanya teman untuk sekadar berinteraksi menunjukkan terbatasnya jalinan hubungan sosial yang terjalin antara ketiga subjek dengan penghuni wisma. Jalinan hubungan sosial yang terbatas pada lansia dengan lingkungannya memberikan peluang yang lebih besar bagi lansia untuk kesepian dibandingkan pada lansia dengan hubungan sosial yang bervariasi (Satria & Wibowo, 2022). Selain itu, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa lansia lebih memilih untuk berdiam diri dan tidur dibandingkan mencoba untuk bersosialisasi. Hal ini bersesuaian dengan penelitian dari Sihab & Nurchayati (2021) yang memberikan hasil bahwa kesepian sosial yang dialami oleh partisipannya ditunjukkan dengan menarik diri.

Sebagian besar waktu lansia yang tinggal di wisma dihabiskan dengan berdampingan dengan lansia lainnya maupun dengan perawat. Lansia masih dapat menemui lansia lainnya atau perawat untuk diajak berkomunikasi. Namun, temuan penelitian yang menunjukkan bahwa ketiga subjek mengalami kesepian sosial mengungkapkan bahwa lansia bisa saja merasa sendiri walaupun tengah berkumpul dengan lansia lain. Hal ini ditunjukkan oleh penelitian dari Efriyanti dkk (2023) bahwa salah satu partisipannya tetap merasa sepi walaupun dikelilingi oleh lansia lain di panti werdha. Pada penelitian ini, subjek merasa tidak ada yang bisa mendengarkan ceritanya serta merasa bahwa tidak ada yang mengerti apa yang ia bicarakan. Hal ini yang kemudian mengarahkan lansia untuk memilih untuk tidak berbaur dengan lansia lain. Walaupun tinggal berdampingan secara fisik, interaksi antar lansia terbatas dan kurang bermakna.

Selain itu, penurunan dalam berbagai aspek pada lansia juga memiliki peran dalam hal ini. Masa lansia adalah masa dimana individu mengalami perubahan tugas perkembangan serta perubahan pada kondisi fisik, psikologis, dan sosial (Papalia et al., 2007). Temuan penelitian menunjukkan bahwa kondisi fisik dan kesehatan ketiga lansia dapat menghalangi lansia untuk berinteraksi. Wisma X sendiri merupakan tempat khusus untuk lansia-lansia yang memiliki riwayat penyakit serta tidak dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Walaupun lansia ingin berinteraksi, kondisi kesehatannya yang buruk membuatnya tidak bisa atau enggan untuk berkumpul dengan lansia lainnya. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Vella & Yarni (2021), bahwa salah satu penyebab lansia mengasingkan diri adalah karena kondisi kesehatannya serta kurangnya hubungan sosial yang dimiliki lansia. Seiring bertambahnya usia, lansia biasanya cenderung menarik diri dari masyarakat sekitar. Hal ini diperkuat dengan pernyataan bahwa seiring dengan bertambahnya usia, individu pada umumnya lebih memilih untuk menjaga relasi dengan orang-orang terdekat dibandingkan untuk memperluas hubungan sosial yang dimiliki (Papalia et al., 2007). Pada penelitian ini, dapat dilihat bahwa subjek merasa lansia lainnya yang berada di wisma kurang mendukung untuk diajak berkomunikasi.

Lake (1986) berpendapat bahwa terhentinya komunikasi dengan individu lain terutama orang-orang yang dicintai ataupun kebutuhan yang tidak terpenuhi untuk

berkomunikasi dengan individu lainnya dapat menjadi pemicu kesepian. Hal ini dialami oleh subjek 2 yang tidak lagi menjalin komunikasi dengan keluarganya. Penelitian ini menemukan bahwa terjadi kesepian emosional pada subjek 2 yang tidak menikah dan tidak lagi dikunjungi oleh keluarga. Sementara, subjek 3 memiliki istri yang secara rutin mengunjunginya di wisma. Subjek 1 yang juga tidak menikah, masih dikunjungi dan berkomunikasi dengan keluarganya. Penelitian yang dilakukan Ayu dkk (2022) memberikan hasil bahwa kesepian yang dialami lansia dipicu oleh dukungan keluarga yang kurang dirasakan oleh lansia. Selain itu, pasangan merupakan salah satu sumber dukungan dan sumber pemenuhan kebutuhan akan keintiman dan keterikatan (Gierveld et al., 2009; Pinquart, 2003). Pada subjek 2, tidak terdapat sosok untuk memenuhi keintiman dan kelekatan dari keluarga, teman dekat, maupun pasangan. Hal ini yang kemudian memicu kesepian emosional yang dialami oleh lansia. Oleh karena itu, lansia membutuhkan jalinan komunikasi yang baik dengan keluarga ataupun teman sebaya. Perlman (1988) menyatakan bahwa pengalaman hubungan sosial yang secara kuantitatif maupun kualitatif kurang memuaskan bagi individu dapat menyebabkan kesepian.

KESIMPULAN (Garamond Bold 14, spasi 1, spacing 1)

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa bentuk kesepian yang dialami beberapa lansia di Wisma X adalah kesepian sosial dan kesepian emosional yang disebabkan oleh beberapa faktor meliputi faktor ekstrinsik dan intrinsik. Faktor ekstrinsik yang sangat berpengaruh di wisma ini adalah kondisi fisik dan kesehatan dari lansia yang menghambat lansia untuk menjalin interaksi serta membangun hubungan sosial. Faktor ekstrinsik lainnya adalah faktor lingkungan yang kurang mendukung bagi lansia untuk berinteraksi, seperti respon yang diberikan lansia lain maupun lokasi lansia yang terpisah. Sementara, faktor intrinsik yang dialami oleh lansia adalah kepribadian pada lansia yang cenderung menyendiri dan tidak mudah mempercayai orang baru.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih pada pihak-pihak yang berkontribusi dalam penelitian ini. Kontribusi yang diberikan telah mengantarkan peneliti untuk mengumpulkan data dan menganalisis hasil temuan selama berlangsungnya penelitian ini. Penelitian ini tidak akan berhasil tanpa adanya dukungan dari pihak wisma X dan juga pihak Universitas Tarumanagara atas kesempatannya sehingga peneliti dapat melaksanakan penelitian ini.

REFERENSI

- Alriskiana, R. (2015). *Hubungan frekuensi kunjungan keluarga dengan pemenuhan kesehatan psikologis lanjut usia di dinas sosial UPT pelayanan sosial untuk lanjut usia Kabupaten Bondowoso* [Skripsi sarjana tidak dipublikasikan]. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Ayu, R. S., Hamid, A., & Lita. (2022). Perbandingan tingkat kesepian dan dukungan keluarga pada lansia di PSTW dengan lansia di keluarga. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 114–128.
- Batubara, S., Siregar, J. H., & Fuad, A. (2022). Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Jompo Tresna Werda Kota Bengkulu. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 12(1), 58–63. <https://doi.org/10.37776/zked.v12i1.971>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024*. Badan Pusat Statistik.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Erfiyanti, Cahyati, T., Putri, R., Noveli, A., Aldellisa, L., & Hikmah, S. (2023). Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 167–175.

- Gierveld, J. de J., van Groenou, M. B., Hoogendoorn, A. W., & Smit, J. H. (2009). Quality of Marriages in Later Life and Emotional and Social Loneliness. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 64(4), 497–506. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbn043>
- Goodman, A., Swift, H. J., & Adams, A. (2015). *Hidden Citizens: How can we identify the most lonely older adults?* University of Kent.
- Hardi, H., & Hakim, L. (2020). Hubungan tipe kepribadian ekstrovert-introvert dengan kesepian pada mahasiswa di universitas X. *Jurnal Psimawa*, 3(2), 96–101.
- Hindriyastuti, S., & Safitri, F. (2022). Hubungan kesepian dengan tingkat depresi pada lansia di posyandu lansia Desa Geritan Kecamatan Pati. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 9(2).
- Lake. (1986). *Kesepian*. Jakarta: Kanisius.
- Ouellette, D. M. (2004). *The social network and attachment bases of loneliness* [Tesis tidak dipublikasikan]. Virginia Commonwealth University.
- Perlman, D., & Peplau, L. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory research and therapy*. New York: John Wiley and Sons.
- Peplau, L.A. (1988). *Loneliness: New directions in research*. Canada: 3rd National Conference on Psychiatric Nursing.
- Perlman, D. (1988). *Loneliness: a life-span, family perspective new perspectives on family families and social networks*. (R. M. Milardo (ed.)). Sage Publications.
- Pinquart, M. (2003). Loneliness in Married, Widowed, Divorced, and Never-Married Older Adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(1), 31–53. <https://doi.org/10.1177/02654075030201002>
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development*. New York: McGraw Hill.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Looseleaf for Experience Human Development*. McGraw-Hill Education.
- Priyanto, P. H. (Ed.). (2017). *Psikologi Berbagi*. Universitas Katolik Soegijpranata.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Risdianto. (2019). *Hubungan tingkat kesepian dengan kejadian depresi di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang* [Skripsi sarjana tidak dipublikasi]. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Septiningsih, D. S., & Nai'imah, T. (2012). Kesepian pada lanjut usia: Studi tentang bentuk, faktor, pencetus, dan strategi koping. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 11(2), 3-9. <https://doi.org/10.14710/jpu.11.2.9>
- Santrock, J. W., Warshak, R. A., & Elliott, G. L. (2013). Social development and parent-child interaction in father-custody and stepmother families. *Nontraditional families: parenting and child development*/edited by Michael E. Lamb.
- Sihab, B. A., & Nurchayati. (2021). Loneliness pada lansia yang tinggal sendiri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 165–175.
- Satria, R. P., & Wibowo, N. Y. (2022). Pengalaman kesepian pada lansia: Systematic Review. *Bhamada : Jurnal Ilmu Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 13(1), 90–99. <https://doi.org/10.36308/jik.v13i1.358>
- Saraswati, R., Widiyana, H. M., & Sarwono. (2022). Perbedaan Tingkat Kesepian Lansia yang Hidup Sendiri Dengan Lansia yang Hidup Bersama Keluarga di Desa Karangduwur Kecamatan Petanahan Kebumen. *Prosiding University Research Colloquium*, 1396–1403.
- Vella, W. M., & Yarni, L. (2021). Loneliness problem pada lansia di Panti Jompo Jasa Ibu Jorong Lakung Kenagarian Situjuh Batua. *Ranah Research Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(1). <https://doi.org/10.38035/rrj.v4i1>
- Yonatan, A. Z. (2025). *Rasio Ketergantungan Lansia RI Terus Meningkat*. GoodStats. https://data.goodstats.id/statistic/rasio-ketergantungan-lansia-ri-terus-meningkat-WTAnE#google_vignette