

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Masa tua dapat menjadi masa yang membahagiakan ataupun masa yang paling tidak menyenangkan bagi para manula. Di masa tuanya, manula dihadapkan pada kemunduran fisik diri mereka sendiri maupun pasangannya, menjadi janda atau duda, dan keluarnya anak bungsu dari rumah. Hal-hal ini berpengaruh terhadap efek sosial maupun psikologis dari para manula. Bila hal-hal tersebut tidak dapat disikapi secara positif oleh para manula, tentu saja mereka akan menjalani masa tuanya dengan penuh penyesalan dan kesedihan yang terus menerus. Namun bila perubahan-perubahan tersebut dapat diterima dan disikapi secara positif oleh para manula maka mereka akan dapat menjalani masa tuanya dengan bahagia.

Tidak semua manula dapat menghabiskan masa tuanya bersama keluarga mereka. Beberapa dari mereka harus rela tinggal di panti werda. Ada sebagian yang tinggal di panti werda karena memang mereka tidak memiliki sanak keluarga lagi, namun ada juga yang tinggal di sana karena keluarga atau anak-anak mereka memang menempatkan mereka di sana karena mereka dianggap merepotkan. Hal ini tampak pada data penelitian yang dilakukan oleh WHO. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 34% anak-anak merasa terbebani bila harus mengurus orangtuanya (dalam *Senyuman Lansia Itu Pancarkan Kebahagiaan*, para 9). Pada akhirnya panti werda tampaknya dapat menyelesaikan sebagian dari

masalah yang dihadapi oleh para manula, tetapi hal ini acap kali memberikan kesan kepada para manula sebagai penyerahan satu-satunya yang mereka miliki, yaitu kemandirian.

Manula yang hidup sendirian saat pasangan hidup ataupun teman-teman dekatnya meninggal dunia biasanya akan merasa kesepian. Bila hal ini disertai dengan penurunan kondisi fisik yang signifikan, seperti penyakit fisik yang berat dan gangguan pancaindera maka manula tersebut akan semakin merasa menderita. Lansia yang mengalami kesepian dalam hidupnya akan mudah merasa bosan dan jenuh dengan hidupnya sehingga ia ingin kematian segera datang menjemput agar ia tidak lagi membebani keluarganya. Hal ini ditunjukkan dalam penelitian mengenai Kecenderungan Antara Tingkat *Loneliness* pada Lansia yang Telah Menjanda dengan Kecenderungan Bunuh Diri (Budiman, 2004). Penelitian ini dilakukan terhadap para manula yang telah hidup menjanda. Populasi penelitian ini adalah manula yang tinggal di wilayah Surabaya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kesepian yang dialami oleh manula maka akan semakin tinggi pula keinginan manula tersebut untuk bunuh diri. Oleh karena itulah kesepian merupakan hal yang patut diwaspadai, terutama kesepian pada manula.

Sebagian keluarga yang keadaan ekonominya berlebih memasukkan orangtua atau kakek nenek mereka ke panti werda dengan harapan manula tersebut akan memiliki teman untuk berbincang-bincang dengan sesama manula yang tinggal di tempat yang sama. Hal ini mungkin menjadi salah satu alternatif jalan keluar bagi keluarga yang sangat sibuk dan tidak ingin manula tinggal di

rumah tanpa pengawasan merasa kesepian. Mereka berharap di panti werda para manula tersebut akan mendapatkan pengawasan dan perawatan dari perawat di panti serta memiliki banyak teman sehingga tidak merasa kesepian lagi. Padahal sebenarnya yang dibutuhkan manula adalah kehadiran keluarganya untuk selalu memberikan dukungan dan perhatian. Suryani (dalam *Senyuman Lansia Itu Pancarkan Kebahagiaan*, para 6) mengatakan bahwa banyak orang yang takut menghadapi masa lansia. Banyak yang merasa tidak berguna, tidak berharga, kesepian dan merasa sendiri pada usia itu. Mereka merasa tidak memiliki anak meskipun sebenarnya mereka memiliki banyak anak.

Tidak semua manula mau atau pasrah saja saat keluarga mereka ingin memindahkan mereka ke panti werda. Sebagian dari mereka ada yang bersikukuh ingin tetap tinggal di rumah dan menghabiskan sisa hidupnya di rumah yang telah mereka tempati selama bertahun-tahun. Meskipun anak-anak sudah dewasa, menikah dan pindah ke rumah mereka masing-masing untuk membina keluarga baru, manula tetap ingin tinggal di rumah mereka yang lama. Kesendirian manula di rumah dapat mengakibatkan manula tersebut merasa kesepian, apalagi bila pasangan mereka telah meninggal dunia. Kesepian akan semakin parah dirasakan oleh manula apabila anak-anak mereka sibuk dengan urusan mereka masing-masing sampai tidak ada waktu lagi untuk menengok atau memberi perhatian pada manula. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Afida, dkk (Anima, 2000, *Hubungan Antara Pemenuhan Kebutuhan Berafiliasi dengan Tingkat Depresi pada Wanita Lanjut Usia di Panti Werdha*) menunjukkan bahwa salah satu subjek yang mengalami tingkat depresi yang tinggi ternyata tidak mempunyai keluarga,

tidak ada kunjungan dari anak, cucu, saudara, teman, tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri, pernah menderita penyakit yang berat, tidak pernah berekreasi, walaupun subjek tersebut memperoleh tunjangan atau pensiun. Hal ini menunjukkan bahwa tinggal di panti werda dengan banyak teman-teman yang seusia belum tentu dapat membahagiakan manula, meskipun pada kenyataannya ada juga yang merasa puas dengan kehidupannya di panti werda.

Salah satu alternatif yang dilakukan untuk mengusir kesepian bagi manula yang tinggal sendirian di rumah adalah memelihara hewan. Penggunaan hewan peliharaan sebagai pendamping manusia telah banyak dilakukan di luar negeri. Di Barat, *Pet Facilited Therapy (PFT)* telah sukses digunakan dalam beberapa populasi, antara lain: pasien penyakit jantung, pasien psikiatris dalam institusi, remaja yang mengalami gangguan emosi, para narapidana, dan pada manula, baik yang tinggal di rumah ataupun dalam institusi. Hewan peliharaan ini menjadi teman, penghibur, sekaligus pemberi dukungan sosial bagi manula yang tinggal sendirian.

Salah satu contoh manfaat memelihara hewan bagi manula adalah kisah tentang seorang wanita tua yang ditinggal mati oleh suaminya dan tak lama setelah itu ada orang yang mengantarkan bingkisan untuknya yang isinya ternyata adalah seekor anak anjing yang lucu. Ternyata anak anjing tersebut sudah dipesan oleh sang suami sebelum meninggal untuk menemani istrinya karena ia tahu umurnya sudah tidak lama lagi. Akhirnya anjing kecil itu dipelihara dan menjadi teman yang dapat mengurangi kesepian wanita tua tersebut akibat ditinggalkan oleh suaminya (*Chicken Soup for The Pet Lover's Soul*, 2001: 3-8).

Memelihara hewan tampaknya dapat menjadi alternatif untuk mengatasi kesepian pada manula di saat keluarga sudah tidak memiliki cukup waktu lagi untuk menemani dan memberikan dukungan sosial yang diperlukan manula untuk mengatasi kesepiannya. Bahkan pada kenyataannya, manula yang memiliki hewan peliharaan lebih aktif secara fisik dalam kegiatannya sehari-hari daripada manula yang tidak memiliki hewan peliharaan (*Elderly Benefits from Pets*, para 4). Bukan hanya lebih sehat secara fisik saja, manula yang memiliki hewan peliharaan juga terbukti bahwa manula yang kekurangan dukungan sosial dari keluarga maupun teman masih dapat berada dalam kondisi emosional yang lebih baik daripada manula yang tidak memiliki hewan peliharaan dan berada dalam kondisi sosial yang sama (*Elderly Benefits from Pets*, para 6). Sebuah penelitian yang membandingkan kondisi antara manula yang memiliki hewan peliharaan dan yang tidak memelihara hewan (dalam *Pet Benefits and Information*, para 1) menunjukkan bahwa keuntungan dari memelihara hewan adalah menurunkan tekanan darah, menurunkan frekuensi kunjungan ke dokter, mengurangi depresi, manula lebih mudah untuk menjalin hubungan sosial, manula menjadi lebih aktif, manula mendapatkan cinta tak bersyarat dari hewan peliharaan mereka, manula lebih mudah menghadapi perasaan sedih saat kehilangan orang-orang yang dicintai, manula dapat melawan kesepian, manula lebih dapat mengurus diri mereka sendiri dan manula memiliki perasaan aman.

Begitu banyak manfaat yang dapat diperoleh manusia dengan memelihara hewan. Namun di Indonesia, hal ini mungkin belum terlalu dirasakan atau tidak disadari oleh para pemilik hewan. Masyarakat memelihara hewan seperti anjing

hanya sebagai penjaga rumah agar pencuri takut bila ingin menjarah rumah mereka. Padahal sebenarnya mereka dapat memperoleh hasil yang lebih daripada itu, yaitu teman yang dapat membuat mereka tidak merasa kesepian. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti apakah manula yang tinggal di Indonesia dengan budaya yang berbeda dengan Barat dapat merasakan manfaat serupa dengan memelihara hewan. Peneliti ingin mengetahui apakah bagi manula yang tinggal sendirian, hewan peliharaan dapat memberikan perasaan dibutuhkan dan dicintai sehingga ia tidak mengalami perasaan kesepian. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan cara membandingkan kesepian pada manula yang tinggal sendirian antara mereka yang memelihara hewan dan yang tidak.

## **1.2. Batasan Masalah**

Agar wilayah dan cakupan penelitian tidak meluas maka dilakukan pembatasan terhadap masalah yang diteliti sebagai berikut:

1. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesepian pada manula, tetapi dalam penelitian ini ingin diteliti apakah memelihara hewan dapat mempengaruhi kesepian seorang manula.
2. Kesepian yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kesepian secara psikologis.
3. Untuk mengetahui pengaruh memelihara hewan terhadap kesepian manula maka akan dilakukan penelitian komparatif, yaitu penelitian untuk mengetahui apakah ada perbedaan kesepian antara manula yang memelihara hewan dan yang tidak memelihara hewan.

4. Yang akan dijadikan subjek untuk penelitian ini adalah manula berusia 60 tahun ke atas, tinggal sendirian dan berdomisili di Surabaya.
5. Hewan peliharaan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah anjing dan kucing.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah maka masalah yang ada dapat dirumuskan sebagai berikut, “Apakah ada perbedaan kesepian antara manula yang memelihara hewan dan yang tidak memelihara hewan?”

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan kesepian antara manula yang memelihara hewan dan yang tidak memelihara hewan.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis
  - a. Bagi psikologi perkembangan, diharapkan penelitian ini dapat memperkaya teori dalam psikologi perkembangan mengenai kesepian pada manula dan cara untuk mengatasinya.
  - b. Bagi psikologi klinis, untuk memperkaya teori tentang dampak kesepian pada kesehatan mental manula.

## 2. Manfaat praktis

- a. Bagi manula, diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan untuk membantu manula mengatasi kesepian.
- b. Bagi konselor dan psikolog, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam memberikan solusi untuk membantu manula yang mengalami kesepian.