

# BAB 1 PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Menjadi tua atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup yang di mulai sejak permulaan kehidupan (Padila, 2013). Lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun atau lebih (*WHO, 2010*). Undang-Undang RI nomor 13 tahun 1998 menjelaskan tentang kesejahteraan lansia juga menyebutkan lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Memasuki usia tua banyak mengalami kemuduran baik kemunduran fisik maupun psikologis. Semakin lansia seseorang, kesibukan sosialnya akan semakin berkurang. Hal ini akan dapat mengakibatkan berkurangnya integrasi dengan lingkungan. Kondisi ini dapat berdampak pada tingkat kesepian seseorang (Nugroho, 2012).

Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) memproyeksikan jumlah penduduk lansia 60 tahun akan meningkat dari 18.1 juta pada tahun 2010 menjadi dua kali lipat (36 juta) pada tahun 2025. Hasil Sensus Penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni mencapai 18,1 juta jiwa pada 2010 atau 9,6 % dari jumlah penduduk (Menkokesra, 2013). Kebanyakan penelitian yang meneliti tentang kesepian di sejumlah negara telah menunjukkan hasil yang signifikan mengenai orang tua yang mengalami kesepian. *The Aging* dalam penelitian Manitoba menunjukkan bahwa 45% dari peserta yang berusia 72 dan lebih menunjukkan tingkat kesepian tinggi (Peters, 2004). Sedangkan 85% dari kelompok itu juga didefinisikan sebagai terisolasi secara sosial,

karena rendahnya jumlah kontak sosial biasa. Dalam penelitian (Juniarti, Eka & Damayanti, 2008) didapatkan lansia yang mengalami kesepian emosional adalah 49,4% dan yang mengalami kesepian sosial adalah 27,8% sedangkan yang mengalami gabungan antara emosional dan sosial adalah 22,8%.

Hasil survei awal yang peneliti lakukan: Panti Werdha Hargodedali Surabaya mempunyai sarana untuk mengembangkan keterampilan dalam kegiatan-kegiatan untuk mengisi waktu luang. Namun kegiatan-kegiatan tersebut hanya diikuti oleh lansia yang mau melakukan atau yang berminat saja. Lansia yang tinggal di panti sebagian besar hidup rukun. Tetapi ada beberapa lansia yang tidak mau bergabung dengan lansia lainnya, begitupula saat waktu luang dan istirahat, lansia enggan berkumpul bersama dan hanya melamun tanpa ada kegiatan lainnya. Ketika bertemu dengan lansia lainnya saat jalan berpapasan, mereka hanya saling memandang dan melewatinya saja, bahkan seringkali terjadi kesalahpahaman apabila para lansia sedang berbincang-bincang. Hal ini menjadi alasan beberapa lansia yang tidak mau mengajak temannya untuk berbicara dan lebih memilih diam.

Perubahan peristiwa hidup pada lanjut usia yaitu pensiun, pindah tempat tinggal, menjanda/menduda, identitas sering dikaitkan dengan peranan dalam pekerjaan, sadar akan kematian teman dan keluarga, kehilangan hubungan dengan teman-teman & family, penyakit kronis & ketidakmampuan, perubahan terhadap gambaran diri; konsep diri, dan kesepian (*loneliness*) (Padila, 2013). Masalah psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia adalah kesepian, kesepian merupakan suatu keadaan ketika individu mengalami ketidaknyamanan yang berkaitan dengan keinginan atau kebutuhan untuk berhubungan atau mengadakan

kontak dengan orang lain (Carpenito-Moyet, 2007). Sedangkan menurut Peters (2004), Kesepian adalah perasaan ketidakpuasan seseorang dengan kontak sosial dalam hal kuantitas kontak, kualitas hubungan atau keduanya.

Para lanjut usia mengalami perasaan kesepian karena kehilangan hal-hal yang dimilikinya semasa muda seperti kebugaran dan penampilan fisik, kehilangan seperti kehilangan pasangan hidup, anak-anak yang sudah berkeluarga, teman-teman, jabatan atau pekerjaan, pendapatan, serta penampilan fisiknya karena penuaan (Nugroho, 2010). Banyak juga keluarga yang mengabaikan kesejahteraan para lansia. Tidak jarang, mereka pun ditinggal sendiri hingga merasa kesepian. Ini harus menjadi perhatian para usia produktif. Di samping itu, peningkatan jumlah lansia ini seharusnya juga dibarengi dengan peningkatan kualitas hidup, tidak sekedar tua, tapi juga berkualitas (Herman, 2014).

Kesepian yang dialami oleh lansia mempunyai dampak yang cenderung menyebabkan berbagai masalah seperti depresi, kecemasan, keinginan bunuh diri, cenderung untuk terkena penyakit, pola makan dan tidur seseorang kacau, menderita sakit kepala dan muntah-muntah (Stuart & Sundeen, 2007). Depresi merupakan perasaan keputusasaan, kehilangan harapan, serta perasaan yang sangat menyedihkan sehingga mampu melakukan tindakan nekat.

Kesepian bisa diatasi dengan beberapa cara seperti latihan keterampilan sosial training (SST), Cognitive-Behavioral Therapy, Shyness Grups dan terapi aktivitas kelompok. Terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat kepada sekelompok klien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama (Keliat, 2005). Sedangkan terapi aktivitas kelompok sosialisasi yaitu terapi untuk meningkatkan kemampuan klien dalam melakukan interaksi sosial maupun

berperan dalam lingkungan social (Purwaningsi, 2010). Adapun tujuan dari terapi aktivitas kelompok yaitu: meningkatkan kebersamaan, bersosialisasi, bertukar pengalaman, mengubah perilaku dan meningkatkan interaksi sosial antar lansia (Siti, 2008).

Sudah ada penelitian tentang latihan keterampilan sosial terhadap peningkatan kemampuan sosialisasi pada lansia yang kesepian, hal ini menunjukkan efektifitas pelaksanaan latihan keterampilan sosial terhadap peningkatan kemampuan sosialisasi pada kelompok intervensi dengan *p Value* 0,00 (  $p < 0,05$ ) (Mashithoh, 2010). Penelitian Mashithoh tersebut menggunakan 4 tahap atau sesi dan dalam pelaksanaannya jika ada responden yang tidak berhasil mengikuti sesi sebelumnya maka responden tidak berhak mengikuti sesi selanjutnya dan mengulang sesi tersebut sampai berhasil. Sedangkan berbeda dengan penelitian ini, peneliti menggunakan 7 sesi untuk terapi aktivitas kelompok. Bila dalam pelaksanaan terapi aktivitas kelompok sosialisasi ada responden yang tidak berhasil mengikuti sesi sebelumnya, responden berhak mengikuti sesi selanjutnya. Intervensi lain yang digunakan untuk menangani kesepian adalah *Multicomponent Cognitive Behavioral Group Therapy*, hal ini berdasarkan hasil penelitian (Astri, 2012). Penelitian menemukan bahwa efektifitas intervensi tersebut lebih besar dalam menangani stres dibandingkan kesepian. Namun perlu ditelaah kembali efektifitasnya dalam menangani kesepian. Terapi lain yang dapat dilakukan perawat untuk mengurangi kesepian pada lansia adalah dapat berupa sosialisasi tentang eksistensi lansia, meningkatkan peranan lansia dalam organisasi, sosialisasi nilai budaya lokal suku bangsa, pembinaan hubungan antar generasi, membudayakan hidup serumah dengan lansia, mengadakan pendidikan informal bagi lansia.

Karena Terapi Aktivitas Kelompok berfungsi untuk meningkatkan kebersamaan, bersosialisasi, bertukar pengalaman, mengubah perilaku dan meningkatkan interaksi sosial antar lansia maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Sosialisai Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap tingkat kesepian pada lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menunjukkan pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap tingkat kesepian pada lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di Panti sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok.
2. Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di Panti setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok.
3. Menganalisis perbedaan tingkat kesepian pada lansia sebelum dan setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Sebagai referensi dan informasi tambahan khususnya dalam bidang keperawatan gerontik terkait pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap tingkat kesepian yang terjadi pada kalangan lanjut usia.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini dapat dijadikan sebuah dasar atau pijakan awal untuk mengadakan penelitian-penelitian selanjutnya dan memberikan pengalaman yang menambah wawasan dan pengetahuan terkait masalah yang di alami lansia khususnya masalah kesepian.

#### **2. Bagi Lansia**

Memberi tambahan informasi kepada lansia mengenai pengaruh aktivitas kelompok terhadap tingkat kesepian yang sering dialami lansia.

#### **3. Bagi Tenaga Kesehatan di Panti**

Sebagai salah satu kerangka acuan bagi pelayanan keperawatan geriatrik terutama untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan jiwa pada lanjut usia khususnya pada lanjut usia yang kesepian.

#### **4. Bagi Masyarakat**

Sebagai tambahan pengetahuan dan salah satu upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya dukungan sosial bagi lanjut usia yang kesepian.