

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lansia adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (UURI, 1998). Pada tahap ini, individu mengalami perubahan dalam menjalankan peran-peran kehidupan yang sebelumnya dimiliki pada masa dewasa, seperti keterlibatan dalam aktivitas ekonomi produktif maupun pemenuhan peran dalam rumah tangga (Wahida et al., 2023). Kondisi tersebut mencerminkan adanya penurunan kemampuan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari seiring bertambahnya usia, yang selanjutnya berkaitan dengan kondisi kesejahteraan pada lansia Yang *et al* (2024). Perubahan peran yang dialami lansia tersebut tidak terlepas dari proses penuaan yang terjadi secara alami sepanjang kehidupan. Proses penuaan (*aging process*) merupakan suatu proses yang ditandai dengan penurunan fungsi fisik maupun psikologis secara bertahap dan bersifat progresif. Selain itu, proses penuaan juga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia (Narullita, 2017). Perubahan tersebut menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan lansia dan dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupannya.

Secara global, jumlah populasi lansia terus mengalami peningkatan. Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 1,1 miliar penduduk berusia 60 tahun ke atas dan diproyeksikan meningkat menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050. Bahkan, pada tahun 2060-an jumlah lansia diperkirakan mencapai 2,5 miliar dan melampaui populasi usia di bawah 18 tahun. Selain itu, jumlah penduduk berusia 80 tahun ke atas juga diperkirakan meningkat lebih dari tiga kali lipat hingga mencapai 545 juta jiwa (WHO, 2025). Di Indonesia, jumlah lansia mencapai sekitar 33,94 juta jiwa atau sekitar 12% dari total penduduk (BPS, 2025b). Di Provinsi Jawa Timur, persentase lansia mencapai 15,40%, sedangkan di Kabupaten Malang jumlah lansia tercatat sebanyak 404.820 jiwa (BPS Jawa Timur, 2025). Pada

tingkat wilayah penelitian, lansia yang terdaftar dalam program Posyandu Desa Gading di wilayah kerja Puskesmas Bululawang berjumlah 290 orang.

Peningkatan jumlah lansia menuntut adanya upaya pelayanan kesehatan yang mampu mengakomodasi kebutuhan lansia secara menyeluruh. Hal ini sejalan dengan meningkatnya proporsi lansia di Indonesia yang memerlukan perhatian terhadap kualitas pelayanan kesehatan guna mempertahankan kualitas hidup mereka (Tambunan et al., 2025). Salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat adalah posyandu yang berfokus pada upaya promotif dan preventif melalui kegiatan pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, serta aktivitas sosial (Afifah & Asmawati, 2023). Program tersebut tidak hanya berfokus pada kondisi fisik, tetapi juga berperan dalam meningkatkan interaksi sosial serta dukungan emosional antar lansia melalui keterlibatan kader dan kegiatan komunitas.

Meskipun berbagai program pelayanan kesehatan telah tersedia, lansia tetap mengalami berbagai perubahan yang tidak dapat dihindari seiring bertambahnya usia, yang meliputi perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Dengan bertambahnya usia, lansia mengalami berbagai perubahan yang meliputi perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan fisik ditandai dengan menurunnya fungsi organ tubuh, berkurangnya kemampuan mobilitas, serta meningkatnya risiko penyakit kronis (Arna et al., 2024). Kondisi tersebut dapat menyebabkan keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari maupun berpartisipasi dalam kegiatan sosial. Selain itu, perubahan sosial seperti pensiun, berkurangnya interaksi dengan teman sebaya, serta kehilangan pasangan hidup atau orang terdekat dapat mengurangi kualitas hubungan sosial lansia. Perubahan-perubahan tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga memengaruhi aspek sosial dan emosional lansia, yang pada akhirnya dapat memicu munculnya perasaan kesepian (Munawaroh & Felasuf, 2025).

Kesepian merupakan kondisi subjektif yang muncul akibat adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan yang dimiliki individu (Russel, 1996). Menurut Priyanto (2017), kesepian ditandai dengan perasaan terisolasi, kurangnya kedekatan emosional, serta tidak terpenuhinya kebutuhan sosial. Pada lansia, kesepian sering kali terjadi akibat menurunnya aktivitas sosial, kondisi kesehatan, serta kehilangan orang terdekat. Lansia yang memiliki

kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain serta terlibat dalam aktivitas sosial cenderung menunjukkan *psychological well-being* yang lebih baik karena adanya dukungan emosional dan rasa memiliki dalam lingkungan sosial (Kovalenko, 2018). Sebaliknya, lansia yang mengalami kesepian cenderung memiliki kualitas hubungan *interpersonal* yang rendah serta berkurangnya dukungan sosial, sehingga dapat memengaruhi kondisi psikologis seperti menurunnya rasa percaya diri, tujuan hidup, dan perasaan berdaya (Almira & Tobing, 2025). Kondisi kesepian yang dialami lansia dapat memberikan dampak terhadap berbagai aspek psikologis, salah satunya adalah kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

Psychological well-being merupakan kondisi ketika individu mampu menerima dirinya, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta mengembangkan potensi diri (Ryff & Singer, 1996). Kesejahteraan ini tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia, tetapi juga mencakup kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dengan demikian, *psychological well-being* menjadi indikator penting dalam menilai kualitas hidup lansia secara menyeluruh.

Pada bulan Februari 2026, peneliti melihat fenomena yang terjadi saat mengikuti kegiatan posyandu di Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang. Peneliti melihat beberapa lansia hadir di kegiatan posyandu tersebut. Terdapat lansia yang tampak menunjukkan sikap sangat tertutup. Selama kegiatan Posyandu berlangsung, lansia tersebut lebih banyak duduk menyendiri, jarang memulai percakapan, dan tampak enggan membaur dengan rekan sebayanya. Saat diajak berinteraksi, respons yang diberikan sangat singkat dan datar, seolah-olah ia telah kehilangan minat terhadap lingkungannya. Kondisi ini mencerminkan adanya rasa terisolasi yang mendalam, di mana keterbatasan komunikasi tersebut berbanding lurus dengan rendahnya rasa keberhargaan diri dan semangat hidupnya. Lansia lain menunjukkan kondisi yang berbeda dari lansia yang sebelumnya, di mana terdapat lansia yang justru sangat dominan dalam berbicara. Ia terus-menerus menceritakan kisah masa lalunya secara berulang-ulang kepada siapa pun yang ada di dekatnya. Dari fenomena yang peneliti temukan, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada kedua lansia tersebut. Ketika peneliti menanyakan apakah

lansia tinggal bersama dengan orang lain, kedua lansia menjawab mereka tinggal bersama pasangan masing-masing. Kemudian peneliti bertanya kembali tentang aktifitas sehari-hari yang dilakukan oleh lansia. Lansia pertama menjawab aktifitas sehari-harinya adalah berkebun, sedangkan lansia yang kedua lebih banyak menghabiskan waktunya dengan melakukan kegiatan dirumah seperti bersih-bersih rumah, memasak, dan lainnya. Lalu ketika ketika peneliti menanyakan lagi setelah berkumpul di posyandu dan kembali ke rumah, apakah sering merasa sepi lalu mulai kepikiran tentang sisa usia saat ini, atau mungkin merasa khawatir dengan apa yang akan terjadi di masa depan nanti, pada lansia pertama menunjukkan sikap apatis dalam menjalani kehidupannya namun sedikit cemas akan masa depan karena takut ketika ia dan sang istri sakit hanya menjadi beban untuk anak-anaknya yang merantau. Sedangkan pada lansia kedua meski terlihat aktif secara verbal sempat mengeluhkan perasaan tidak puas terhadap sisa usianya dan merasa cemas akan masa depan.

Berdasarkan fenomena dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa tingkat kesepian berpotensi mempengaruhi *psychological well-being* lansia. Lansia yang mampu menerima perubahan dalam kehidupannya, memiliki tujuan hidup yang sederhana, serta menjalin hubungan yang positif dengan lingkungan cenderung lebih mampu menghindari perasaan kesepian (Jasmita, 2024). Namun demikian, apabila kesepian tidak teratasi, kondisi ini dapat berdampak pada munculnya perasaan sedih, stres, serta menurunnya *psychological well-being* lansia (Astutik et al., 2019; Zhang et al., 2023). Pada lansia, rendahnya *psychological well-being* juga dapat berdampak pada meningkatnya perasaan tidak berdaya, menarik diri dari lingkungan sosial, serta menurunnya kualitas hidup secara keseluruhan. Selain itu, kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi (Liyanovitasari & Setyoningrum, 2025).

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesepian dengan *psychological well-being* pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang. Penelitian ini penting dilakukan karena belum terdapat data empiris yang secara khusus mengkaji hubungan tersebut pada lansia di wilayah tersebut, sehingga

diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program kesehatan, khususnya dalam meningkatkan *psychological well-being* lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tingkat kesepian dengan *psychological well-being* pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis apakah terdapat hubungan antara tingkat kesepian dengan *psychological well-being* pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang
- 2) Mengidentifikasi *psychological well-being* pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang
- 3) Menganalisis hubungan antara tingkat kesepian dengan *psychological well-being* pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keperawatan gerontik dan psikogeriatric, mengenai hubungan antara tingkat kesepian dengan *psychological well-being* pada lansia di Posyandu Desa Gading wilayah kerja Puskesmas Bululawang. Hasil penelitian ini harapannya dapat memperkaya literatur ilmiah serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas kesehatan mental dan psikososial lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran lansia akan pentingnya menjaga *psychological well-being* sebagai upaya untuk mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup.

2) Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam merancang intervensi keperawatan yang berfokus pada pencegahan kesepian pada lansia untuk peningkatan *psychological well-being* pada lansia yang lebih baik.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan ajar dan referensi dalam pembelajaran keperawatan gerontik dan kesehatan mental lansia psikogeriatric.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan dan dasar bagi penelitian selanjutnya yang melakukan penelitian yang berkaitan dengan tingkat kesepian dan *psychological well-being*.