

**PENANGANAN *LONELINESS PROBLEM* PADA LANSIA DITINJAU DARI
PROGRAM BIMBINGAN KONSELING DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA
MADAGO, TENTENA.**

¹Dewi Anggreini, ²Febri yunita pobahi

^{1, 2}Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Timur

¹Korespondensi; Email: dhewi_dean10@yahoo.com

ABSTRAK

*Aspek psikologi merupakan faktor penting dalam kehidupan lanjut usia, bahkan sering lebih menonjol daripada aspek lainnya dalam kehidupan seorang lanjut usia. Kondisi lanjut usia yang mengalami berbagai penurunan atau kemunduran fungsi psikis dapat mempengaruhi mobilitas dan juga kontak sosial, salah satunya adalah rasa kesepian (*loneliness*). tujuan dari penelitian ini adalah Untuk Mengetahui gambaran program pelayanan panti, Untuk mengetahui penanganan *loneliness problem* pada lansia, untuk mengetahui gambaran program pelayanan panti dalam mengatasi *loneliness problem* yang dihadapi lansia dan untuk mengetahui hambatan yang dihadapi dalam melaksanakan program dalam mengatasi *loneliness problem* pada lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif. Berdasarkan penelitian kedua orang subyek, *loneliness problem* dapat ditangani dengan bimbingan konseling. Aktifnya berbagai program dan kegiatan yang dilaksanakan di panti sangat berpengaruh dalam mengatasi *loneliness problem* yang terjadi pada lanjut usia yang berada di panti.*

Kata Kunci : *Loneliness Problem, Bimbingan Konseling, Lansia*

ABSTRACT

Psychological aspects are an important factor in elderly life, often more prominent than other aspects of an elderly person's life. Older people who experience a decline or decline in psychological function can affect mobility as well as social contact, one of which is feeling lonely (loneliness). The purpose of this study was to determine the description of the orphanage program, to find out the loneliness problem in the elderly, to describe the orphanage program in overcoming the loneliness problem faced by the elderly and to find out the obstacles faced in implementing the program in overcoming loneliness problems in the elderly. The research method used is a qualitative approach using descriptive research types. Based on the research of the two subjects, the loneliness problem can be handled by counseling. The active various programs and activities carried out in the orphanage are very influential in overcoming the loneliness problem that occurs in the elderly in the orphanage.

Keywords: Loneliness Problem, Counseling, The Elderl

I. PENDAHULUAN

Awal mula adanya peradaban manusia, misteri yang meliputi proses penuaan dan kehidupan itu selalu menjadi pergumulan manusia. Semuanya menginginkan adanya keperkasaan dan keabadian untuk kesempurnaan hidup, suatu hal yang hampir pasti mustahil diciptakan oleh manusia. Proses menua atau *aging* adalah suatu proses alami pada semua makhluk hidup. Semua makhluk hidup memiliki siklus kehidupan menuju tua yang diawali dengan proses kelahiran, kemudian tumbuh menjadi dewasa dan berkembang biak, selanjutnya menjadi semakin tua dan akhirnya akan meninggal. Proses penuaan juga merupakan suatu proses alami pada semua makhluk hidup dan masa yang tidak bisa dielakkan oleh siapapun yang bisa dilakukan oleh manusia hanyalah menghambat proses penuaan tersebut.

Sementara itu menurut *Bureau of Census Amerika Serikat* (dalam Hutapea, 2005), Indonesia dalam kurun waktu 1990-2015 akan memiliki kenaikan jumlah penduduk lansia sekitar 41% artinya, ini yang paling tinggi di dunia. Diduga pada tahun 2015, jumlah lansia di Indonesia akan

mencapai 24,4 juta orang atau 10% dari seluruh penduduk Indonesia pada saat itu dan pada tahun 2020 akan mencapai sekitar 30 juta orang.

Di Indonesia, hal-hal yang terkait dengan usia lanjut diatur dalam suatu undang-undang yaitu Undang-undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Dalam pasal 1 ayat 2 Undang-undang No. 13 Tahun 1998 tersebut dinyatakan bahwa yang dimaksud dengan lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun. Di negara-negara maju seperti Amerika Serikat, Kanada, Belanda, Australia, Swedia dan beberapa negara Eropa lainnya yang angka harapan hidup penduduknya relatif lebih tinggi daripada negara-negara berkembang menggunakan batasan usia 65 tahun sebagai batas terbawah untuk kelompok penduduk lanjut usia agak berbeda dengan negara Asia termasuk Indonesia yang menggunakan batasan lanjut usia 60 tahun keatas (Suardiman, 2011).

Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) terjadi peningkatan Umur Harapan Hidup (UHH). Pada tahun 2000 UHH di Indonesia adalah 64,5 tahun (dengan persentase populasi

lansia adalah 7,18%). Angka ini meningkat menjadi 69,43 tahun pada tahun 2010 (dengan persentase populasi lansia adalah 7,56%) pada tahun 2011 menjadi 69,65 tahun (dengan persentase populasi lansia adalah 7,58%) dan pada tahun 2020 diperkirakan 28,8 juta jiwa (11,34%).(www.bps.com. Diakses pada Selasa, 24 Februari 2015, pukul 02.05 WITA.). Bimbingan mental spiritual, bimbingan kesehatan dan bimbingan keterampilan.

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk Mengetahui gambaran program pelayanan panti

II. METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Metode penelitian ini digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah. Dalam metode penelitian ini peneliti berfungsi sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (teknik gabungan), analisis data bersifat induktif dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada makna daripada

2. Untuk mengetahui penanganan *loneliness problem* pada lansia
3. Untuk mengetahui gambaran program pelayanan panti dalam mengatasi *loneliness problem* yang dihadapi lansia.
4. Untuk mengetahui hambatan yang dihadapi dalam melaksanakan program dalam mengatasi *loneliness problem* pada lansia

generalisasi (Sugiyono dalam Prastowo, 2011). Pada penelitian ini penulis mengajukan penelitian yang menggunakan jenis penelitian deskriptif. Menurut Arikunto (dalam Prastowo, 2011) bahwa penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang suatu variabel, gejala atau keadaan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Riwayat Subyek Penelitian Pertama

1. Observasi Subyek A

Subyek merupakan seorang perempuan berinisial YB. Saat ini subyek memasuki usia 74 tahun dan tergolong pada tahap perkembangan masa dewasa akhir. Subyek adalah salah seorang lanjut usia yang tinggal di PSTW selama 8 tahun, subyek mampu berjalan dan duduk dengan baik serta mampu memegang pulpen, menulis sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Sejak awal proses wawancara berlangsung hingga akhir wawancara subyek mampu berkomunikasi dengan baik dan terlihat sangat ramah dalam bertutur kata.

2. Hubungan subyek dengan Keluarga

Hubungan subyek dengan keluarga cukup harmonis. Sejak kecil subyek tinggal bersama orang tua angkat. Jadi subyek lebih dekat dengan orang tua angkat dibandingkan dengan orang tua kandung. Subyek memiliki adik kandung perempuan namun sudah meninggal dunia. Ketika usia 22 tahun subyek menikah dengan seorang laki-laki yang dicintai subyek. Hubungan

mereka selalu harmonis hingga akhirnya suami subyek meninggal di usia 52 tahun. Sejak saat itu subyek seorang diri menjalani kehidupan sebagai seorang janda.

3. Kegiatan Subyek

Menghadapi masa lanjut usia yang telah mengalami penurunan fisik dan psikologis, terkadang menghalangi para lanjut usia melakukan aktivitas seperti pada waktu muda. Namun subyek merupakan lanjut usia yang sangat rajin dan mandiri mampu melakukan pekerjaan dan tidak hanya berdiam diri.

4. Kondisi Subyek di panti

Panti merupakan pilihan yang tepat bagi subyek untuk melanjutkan hidup sebagai seorang lanjut usia yang sangat membutuhkan perhatian dari orang lain. Panti menyediakan polik untuk lanjut usia yang sakit sehingga bagi para lanjut usia yang mengalami penyakit yang tidak parah diberikan pelayanan kesehatan oleh pegawai panti yang polik tersebut.

5. Sikap Sosialisasi Subyek

Selama berada di panti, subyek mampu bersosialisasi dengan para

lanjut usia dan pegawai panti. Hal tersebut terbukti dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa pegawai panti yang mengetahui bagaimana perilaku subyek selama berada di panti. Mereka mengatakan subyek selalu memiliki hubungan yang baik dengan sesama lanjut usia bahkan pegawai yang ada di panti. Subyek sendiri mengakui bahwa hubungannya dengan teman-teman dan pegawai panti terjalin sangat baik. Sikap sosialisasi baik yang dimiliki subyek, membuat subyek merasa betah tinggal di panti dari pada tinggal di kampung. Subyek senang mendapatkan banyak teman yang bisa diajak untuk saling bertukar pikiran.

B. Riwayat Subyek Penelitian Kedua

1. Observasi Subyek B

Subyek merupakan seorang perempuan berinisial HL. Saat ini subyek usia berkembang dewasa akhir yaitu berusia 65 Tahun. Subyek memiliki bentuk tubuh yang proporsional dengan berat badan 63 kg dan berat badan 159 cm. subyek memiliki bentuk wajah yang bulat dan berkulit putih.

Selama proses wawancara berlangsung, subyek terlihat tenang dan santai dan selalu tersenyum. Subyek

mampu menerima informasi yang diberikan oleh peneliti. Hal tersebut terlihat saat subyek mampu menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh peneliti dengan baik. Meskipun secara proses perkembangannya yang memasuki dewasa akhir, subyek mengalami penurunan fungsi kognitif yaitu sering melupakan apa yang akan disampaikan kepada peneliti berhubungan dengan pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Kondisi fisik subyek pada saat proses wawancara terlihat sehat dan subyek mampu melakukan aktivitasnya setiap hari. Subyek dapat berkomunikasi secara baik dengan peneliti.

2. Hubungan subyek dengan keluarga

Hubungan subyek dengan keluarga sangat baik dan harmonis. Subyek adalah anak kedua dari tujuh bersaudara. Waktu kecil subyek dekat dengan kedua orang tua dan saudara-saudaranya. Saat menikah subyek memiliki lima orang dan telah menikah. Selama berada di panti anak-anak dari subyek selalu menjenguk subyek, bahkan mereka selalu datang ke panti membantu membersihkan kamar subyek. subyek juga sering kerumah anak kelima, karena dari lima

bersaudara hanya anak bungsu subyek yang tinggal di daerah dekat panti tempat subyek tinggal.

3. Kegiatan Subyek

Aktivitas yang dilakukan subyek selama berada di panti tidak terlalu banyak karena kondisi fisik yang semakin menurun. Subyek hanya melakukan kegiatan yang mampu dilakukannya sendiri yaitu berkebun, mencari teman untuk bercerita bersama dan selalu membantu pegawai memasak di dapur. Selain melakukan aktivitas sehari-hari subyek juga selalu aktif dalam kegiatan yang dilaksanakan oleh panti yaitu ibadah yang dilakukan setiap hari senin, sabtu dan minggu. Subyek senang bernyanyi, hal itu terlihat saat subyek selalu mengisi pujian dan selalu ikut lomba menyanyi di setiap perayaan hari lanjut usia dan selalu mendapat juara pertama

4. Kondisi Subyek di Panti

Selama delapan tahun subyek tinggal di panti ada berbagai suka duka yang dialami. Subyek mengalami banyak perubahan sejak tinggal di panti dan merasakan ketenangan. Subyek dan suami memutuskan tinggal bersama di panti dengan tujuan untuk mencari ketenangan dan tidak ingin

mepersulit anak-anak untuk mengurus mereka. Mereka selalu melakukan pekerjaan bersama dan saling membantu jika ada diantara mereka yang mengalami masalah. Selama berada di panti subyek tidak pernah mengalami konflik dengan teman panti. Sejak suami subyek meninggal dua tahun yang lalu, subyek mengerjakan setiap pekerjaannya secara mandiri namun hubungan subyek dengan teman-teman panti tetap terjalin dengan baik.

5. Sikap Sosialisasi Subyek

Sejak berada di panti subyek bersosialisasi secara baik dengan teman-teman sesama lanjut usia. Sejak awal tinggal di panti subyek mampu beradaptasi dan tidak pernah merasa malu bergaul dengan teman-teman di panti. Mereka saling berkenalan dan bercerita bersama mengenai masalah yang mereka hadapi. Subyek sangat terbuka dalam menceritakan masalah yang dihadapai khususnya kepada teman yang dipercayai dan akrab dengan subyek. Hubungan subyek dengan pegawai panti terjalin sangat baik, subyek senang membantu mereka memasak di dapur untuk makanan para lanjut usia. Suasana panti membuat

subyek bisa tenang dan tidak berpikir

banyak hal.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kesimpulan terhadap kedua subyek, dapat disimpulkan bahwa penanganan *loneliness problem* pada lanjut usia ditinjau dari bimbingan konseling dalam penelitian ini meliputi:

1. Faktor-faktor penyebab *loneliness problem* pada lanjut usia yaitu kedua subyek kehilangan pasangan hidup, kurangnya perhatian dari keluarga pada subyek YB
2. Bimbingan konseling merupakan program kegiatan panti yang sangat berpengaruh dalam menangani *loneliness problem* pada lanjut usia. Bimbingan konseling bertujuan mengatasi berbagai masalah yang dihadapi oleh lanjut usia yang tinggal di panti secara individu maupun kelompok.
3. Kedua subyek dapat mengatasi *loneliness problem* yang dialami dengan selalu aktif mengikuti

kegiatan panti khususnya bimbingan konseling.

B. Saran

1. Panti Werdha

Panti Werdha, baik dari instansi pemerintah maupun non-pemerintah diharapkan dapat mengurangi bahkan menghilangkan kesepian para lansia, dengan cara memberikan kegiatan-kegiatan dan bimbingan-bimbingan yang sifatnya dapat memilikimotivasi hidup dan rasa kasih saying yang dibutuhkan oleh para lansia dihari tua.

2. Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan reaksi secara bijak kepada para lansia, menerima dan menyayangi dengan baik keadaan para lansia yang apa adanya baik di lingkungan keluarga maupun lingkungan yang ada di Panti agar tidak ada konflik dan rasa kesepian yang sering dialami oleh lansia untuk tetap bahagia dalam menjalani kehidupan yang menginjak senja dikehidupan.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, R. (2010). Hubungan Kesenian Dengan Kecenderungan Asertif Pada Masa Dewasa Awal. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah: Tidak Diterbitkan.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bruno, F. J. S. (2000). *Conguer Loneliness: cara menaklukkan kesepian*. Ahli
- Berita Resmi Statistik Hasil Sensus Penduduk 2000. Diakses pada Selasa, 24 Februari 2015, pukul 02.05 WITA. http://www.bps.go.id/brs_file/hasilsp_2000-03jun02.pdf.
- Heningsih. (2014). Gambaran Tingkat Ansietas Pada Lansia Di Panti Werdha. *Skripsi*. Program Studi S-1 Keperawatan Stikes Kusuma Husada Surakarta. Tidak diterbitkan.
- Hurlock. B. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Hutapea, R. (2005). *Sehat & Ceria Diusia Senja*. Jakarta: PT.Renika Cipta
- Indriana, D. dkk. (2011). *Religionalitas, Keberadaan Pasangan Dan Kesejahteraan Sosial Pada Lansia Binaan PMI Cabang Semarang*. Jurnal Psikologi Undip. Vol. 10, No. 2. Diakses pada tanggal 18 April 2015, pukul. 22. 54 WITA. <http://www.ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/viewFile/2900/2583>.
- Juniarti, dkk. (2008). *Gambaran Jenis Dan Tingkat Kesenian Pada Lansia Di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Pakutandang Ciparay Bandung*. Hasil Penelitian
- Lubis, L. (2011). *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana.
- Menteri Sosial RI
No.25/HUKL/1996,(dikutip dalam
Dep-Sos RI 1997:117)
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Oktaria. R. (2008). Kesenian Pada Lanjut Usia yang Melajang. *Skripsi*. Universitas Gunadarma. Tidak Diterbitkan.
- Prastowo.A. (2011). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Putri.T.S. (2012). *Fungsi Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dalam Menangani Lanjut Usia Terlantar*. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin Makassar Tidak Diterbitkan.
- Saputri. W & Indrawati. S. (2011). *Hubungan Antara Dukungan Sosial*

- Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah.* Jurnal Psikologi Undip. Vol.9, No. 1. Diakses pada tanggal 23 Maret 2015, 01.07 WITA. http://digilib.ump.ac.id/files/dis_k1/12/jhptump-a-maulianura-570-2-babii.pdf.
- Setiawan, B.M. (2013). *Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha. Skripsi.* Universitas Negeri Semarang: Tidak Diterbitkan.
- Simarmata. R. (2009). *Efektifitas Pelayanan Sosial Terhadap Anak Asuh Oleh Yayasan Konderfreude.* Diakses pada tanggal 29 Maret 2015, pukul 19.20 WITA.
- Suardiman. S.P. (2011). *Psikologi Lanjut Usia.* Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sutirna. (2013). *Bimbingan dan Konseling.* Yogyakarta: ANDI OFFSET
- Wibowo. M & Vicky.S. (2014). *Perancangan Interior Elderly Day Care Center Sebagai Pusat Aktivitas Manula di Surabaya.* Jurnal Intra Vol. 2, No. 2. Diakses pada 18 April 2015, pukul 22. 18 WITA. <http://studentjournal.petra.ac.id/index.php/desaininterior/article/view/2262>
- Zulfitri, R. (2011). *Konsep Diri Dan Gaya Hidup Lamnsia Yang Mengalami Penyakit Kronis Di Panti Sosial Tresna Werdha Khususl Khotima Pekanbaru.* Jurnal Jurnal Ners Indonesia. Vol 1, No. 2. Diakses pada tanggal 21 April 2015. , Pukul 18.32 WITA. <http://ejournal.unri.ac.id/index.php/JNI/article/download/636/629>.