

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia yang tinggal di panti werdha mengalami kualitas hidup yang menurun secara holistik, mencakup dimensi fisiologis, psikologis, dan sosial (Cacioppo & Hawkey, 2008). Secara fisik, nyeri merupakan hal paling umum dialami, umumnya disebabkan oleh penyakit kronis seperti osteoarthritis, gangguan muskuloskeletal, dan neuropati. Kondisi ini mengakibatkan keterbatasan mobilitas, terganggunya tidur dan penurunan kemampuan dalam kegiatan mereka setiap hari (Nunziata et al., 2020). Pada aspek psikologis, ketakutan terhadap kematian sering dialami dan semakin menguat seiring penurunan kesehatan serta keterbatasan dukungan keluarga, yang menimbulkan kecemasan dan menurunkan kesejahteraan psikologis (Nagaraj & Nithyanandan, 2020). Selanjutnya kesepian merupakan kondisi yang kerap dialami oleh lanjut usia sebagai akibat dari keterpisahan dengan keluarga, kehilangan pasangan hidup, serta keterbatasan dalam menjalin interaksi sosial yang berkualitas. Kondisi ini berpotensi berkembang menjadi isolasi sosial yang berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan psikologis. Dampak tersebut selanjutnya berimplikasi pada penurunan kualitas hidup lansia (Erfiyanti et al., 2023). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kesepian dengan kualitas hidup lanjut usia di panti, semakin ringan tingkat kesepian, maka semakin rendah kualitas hidup yang dilaporkan (Aryati & Siti, 2024).

Data Kementerian Sosial Republik Indonesia (2022) mencatat sekitar 800 panti werdha yang menampung ± 25.000 lansia, mencerminkan peningkatan tren layanan institusional bagi mereka yang tidak dapat diasuh keluarga atau memilih tinggal di panti karena alasan kesehatan, sosial, dan perawatan jangka panjang (Arywibowo & Rozi, 2024). Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Kemkes 2023, (2,9%) lansia (usia ≥ 60 tahun) mengalami ketergantungan sedang hingga total, yang berkontribusi pada penurunan kualitas hidup secara nasional. Penelitian terdahulu menunjukkan kualitas hidup lansia di panti dan layanan sosial masih berada dalam kategori rendah. Penelitian di Panti Werdha Kota Bengkulu menunjukkan mayoritas lansia (89,7%) memiliki kualitas hidup buruk (Batubara, Siregar, et al., 2022). Sementara studi yang dilakukan di Panti Werdha Budi Mulia 3 Jakarta juga menunjukkan mayoritas lansia (77,3%) berada dalam kategori kualitas hidup sedang (Noverinda et al., 2024). Demikian pula, penelitian di wilayah kerja Puskesmas Karuwisi Makassar menemukan 38,6% lansia memiliki kualitas hidup rendah (Jufri et al., 2024). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa rendahnya kualitas hidup masih menjadi permasalahan signifikan pada populasi lansia, baik di lingkungan panti werdha maupun komunitas pelayanan kesehatan.

Kabupaten Mojokerto memiliki jumlah lansia sebanyak 152.450 jiwa (Pratama & Ninik, 2023). Data lanjut usia yang hidup di panti werdha secara spesifik di Kabupaten Mojokerto relatif terbatas, terdapat kajian lokal yang mengkaji kualitas hidup lanjut usia di panti werdha Mojopahit. Hasil studi tersebut menunjukkan skor QoL lansia di panti lebih rendah dibanding komunitas (rata-rata 83,77 dari skala

maksimal, dengan 30% sedang dan 6,7% rendah), dipengaruhi aspek sosiodemografis, dukungan sosial, dan status kesehatan. Kajian tersebut mengonfirmasi bahwa dukungan sosial dan kesehatan secara langsung memengaruhi persepsi kualitas hidup lansia di panti, sejalan dengan temuan lain yang menempatkan hubungan sosial, kondisi psikologis, dan adaptasi terhadap lingkungan. Pemilihan lokasi penelitian di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto, didasarkan pada beberapa pertimbangan, yaitu terbatasnya data empiris yang secara khusus menelaah hubungan antara kesepian dan kualitas hidup lansia di wilayah tersebut, sehingga penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi kontekstual yang lebih mendalam. Selain itu, panti werdha ini memiliki penghuni dengan latar sosial dan kondisi kesehatan yang beragam, sehingga relevan untuk menganalisis secara komprehensif fenomena kesepian dan kualitas hidup. Ketersediaan jumlah lansia yang memadai dan kemudahan akses peneliti ke lokasi juga merupakan faktor pendukung dalam pengumpulan data. Dengan demikian, pemilihan lokasi ini diharapkan menghasilkan data yang representatif dan selaras dengan tujuan penelitian.

Studi pendahuluan dilakukan pada tanggal 26 Februari 2026 di Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto dengan jumlah lansia sebanyak 41 orang. Studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara singkat kepada 5 lansia berusia 60–74 tahun dengan lama tinggal di panti antara 3 minggu hingga 6 tahun. Wawancara mencakup 6 pertanyaan mengenai kesepian dan kualitas hidup lansia. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian lansia mengalami perasaan kesepian yang disertai penurunan kualitas hidup. Kondisi

tersebut ditandai dengan menurunnya semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari, rendahnya partisipasi dalam kegiatan panti, kurangnya motivasi berinteraksi dengan lingkungan sekitar, serta perasaan tidak nyaman selama tinggal di panti. Sebanyak 60% responden (3 orang) menyatakan sering merasa kesepian karena minimnya teman untuk berbagi cerita dan jaranganya kunjungan keluarga, sehingga berdampak pada menurunnya kualitas hidup lansia. Sementara itu, 40% responden (2 orang) masih mengikuti kegiatan di panti, namun tetap merasakan kesepian yang memengaruhi motivasi dan semangat dalam beraktivitas sehari-hari. Salah satu responden menyampaikan, “Saya sering merasa sendiri di sini, kadang tidak ada teman untuk bercerita dan keluarga juga jarang datang,” yang menggambarkan adanya pengalaman kesepian dan penurunan kualitas hidup pada lansia. Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan adanya kecenderungan hubungan antara kesepian dengan kualitas hidup lansia. Namun, karena jumlah responden masih terbatas, maka diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menganalisis hubungan antara kesepian dan kualitas hidup pada lanjut usia secara lebih mendalam.

Kualitas hidup lanjut usia di panti werdha dipengaruhi oleh faktor fisik, psikologis, dan sosial. Secara fisik, hipertensi dan nyeri sendi adalah beberapa penyakit yang dapat membatasi aktivitas serta menurunkan kemandirian. Sementara itu, aspek psikologis seperti perubahan peran sosial, perasaan kehilangan, dan berkurangnya makna hidup berkontribusi terhadap penurunan kesejahteraan emosional. Secara sosial, meskipun tinggal bersama penghuni lain, tidak seluruh lansia memperoleh kedekatan emosional yang memadai, sehingga kebutuhan akan dukungan dan perhatian belum

sepenuhnya terpenuhi (Sulha et al., 2024). Keterbatasan kunjungan keluarga dan rendahnya dukungan emosional berpotensi memicu kesepian. Lanjut usia yang memiliki dukungan sosial rendah cenderung menunjukkan skor kesepian yang lebih tinggi, disertai kualitas hidup yang menurun serta peningkatan risiko depresi (Cheng et al., 2021). Sejalan dengan hal tersebut, kesepian mengakibatkan isolasi sosial, penurunan aktivitas fisik, dan memburuknya kondisi emosional dalam rentang waktu tertentu, yang dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup secara menyeluruh (Fenny et al., 2025). Beberapa penelitian menunjukkan tingkat kesepian pada periode awal dapat memprediksi rendahnya kualitas hidup pada periode berikutnya. Dengan demikian, kesepian merupakan faktor signifikan yang berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup lansia di panti werdha (Sulha et al., 2024).

Apabila kesepian pada lanjut usia yang tinggal di panti werdha tidak diidentifikasi secara dini dan ditangani secara tepat, kondisi tersebut berpotensi berkembang secara progresif melalui beberapa mekanisme yang saling berkorelasi, yaitu isolasi sosial, penurunan aktivitas fisik, dan memburuknya kondisi emosional (Noverinda et al., 2024). Proses perkembangan tersebut secara simultan akan mengakselerasi penurunan fungsi fisik serta meningkatkan tingkat ketergantungan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, yang dapat berdampak pada menurunnya kualitas hidup lansia secara menyeluruh (Ningsih & Setyowati, 2020). Keterbatasan dukungan sosial yang diterima lansia turut memperkuat siklus kesepian yang bersifat berulang dan berkelanjutan, sehingga menghambat pencapaian penuaan yang sehat dan optimal (Aryati & Siti, 2024). Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, kesepian

dapat diinterpretasikan sebagai faktor psikososial yang memberikan kontribusi signifikan terhadap kualitas hidup lansia di panti werdha.

Meskipun demikian, hubungan antara kedua variabel tersebut telah banyak dikaji melalui berbagai penelitian empiris, akan tetapi perbedaan karakteristik individu dan lingkungan fisik maupun sosial yang dimiliki oleh setiap panti werdha menuntut dilakukannya kajian yang lebih kontekstual dan spesifik. Oleh karena itu, diperlukan adanya penelitian yang secara khusus menganalisis hubungan antara kesepian dengan kualitas hidup pada lansia di panti werdha.

Upaya peningkatan kualitas hidup lansia melalui pengurangan tingkat kesepian tidak terbatas pada interaksi sosial secara umum, melainkan difokuskan pada kegiatan sederhana yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis lansia di panti jompo. Kegiatan tersebut mencakup pendampingan individu, seperti mengajak lansia berbincang secara ringan setiap hari selama 10–15 menit oleh pengasuh atau relawan, sehingga lansia merasa tetap diperhatikan meskipun tidak berpartisipasi dalam kelompok besar. Selain itu, kegiatan berbagi cerita (*reminiscence therapy*) secara santai dapat diterapkan, di mana lansia diundang untuk menceritakan pengalaman masa lalu yang menyenangkan. Intervensi ini terbukti efektif dalam mengurangi perasaan kesepian serta meningkatkan rasa bermakna dalam kehidupan. Lansia juga dapat dilibatkan dalam aktivitas ringan dan rutin, seperti merawat tanaman, mendengarkan musik, atau mengikuti kegiatan keagamaan sederhana sesuai dengan kemampuan individu masing-masing. Bagi lansia dengan keterbatasan fisik, pendekatan dukungan emosional pasif seperti kehadiran pendamping, sentuhan hangat, dan komunikasi

sederhana memainkan peran krusial dalam mengurangi rasa isolasi. Di samping itu, pemeliharaan komunikasi dengan keluarga, baik melalui kunjungan langsung maupun sarana komunikasi sederhana, dapat memperkuat rasa dihargai dan keterikatan emosional. Melalui pendekatan yang sederhana, personal, dan adaptif terhadap kondisi lansia, perasaan kesepian dapat dikurangi tanpa ketergantungan pada aktivitas sosial yang kompleks, sehingga secara bertahap meningkatkan kualitas hidup lansia, khususnya pada dimensi psikologis dan sosial.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia Di Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang tersebut, Apakah terdapat hubungan antara kesepian dengan kualitas hidup pada lanjut usia Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kualitas hidup pada lanjut usia di Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lanjut usia di Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto
2. Mengidentifikasi tingkat kualitas hidup pada lanjut usia di Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto
3. Menganalisis hubungan antara tingkat kesepian dengan tingkat kualitas hidup pada lanjut usia di Unit Pelaksana Teknis Pesanggrahan Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Mojopahit Mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya ilmu pengetahuan di bidang keperawatan jiwa gerontik, khususnya mengenai hubungan antara kesepian dengan kualitas hidup pada lanjut usia di panti werdha.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Panti Werdha Mojopahit Mojokerto

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai tingkat kesepian dan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto. Data tersebut dapat digunakan sebagai dasar dalam menyusun program kegiatan

sosial, pembinaan mental, serta upaya yang bertujuan untuk mengurangi kesepian dan meningkatkan kualitas hidup penghuni panti.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk perawat dan tenaga kesehatan dalam mengidentifikasi kondisi psikososial lansia, sehingga mampu memberikan asuhan keperawatan yang lebih komprehensif, terutama dalam upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kualitas hidup lanjut usia.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengalaman, serta kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah di bidang keperawatan jiwa gerontik, khususnya dalam menganalisis hubungan antara kesepian dan kualitas hidup pada lanjut usia.

4. Bagi Lanjut Usia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi lanjut usia dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan psikologis dan sosial. Lansia diharapkan mampu lebih terbuka dalam berinteraksi, mengikuti kegiatan sosial, serta memanfaatkan dukungan yang tersedia di lingkungan panti, sehingga dapat mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.