

**TINGKAT KESEPIAN DAN KEPUASAN HIDUP TERHADAP
TINGKAT KEBAHAGIAAN LANSIA YANG TINGGAL
DI PANTI WERDHA****Maria Manungkalit^{1*}, Ni Putu Wulan Purnama Sari²**¹⁻²Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Email Korespondensi: maria-manungkalit@ukwms.ac.id

Disubmit: 24 Oktober 2023

Diterima: 01 November 2023

Diterbitkan: 01 Desember 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.12764>**ABSTRACT**

Every individual will experience the aging process naturally which cannot be avoided. Elderly is someone who has entered the aging phase. Oftenly these people subjectively feel that they are no longer useful for their family and society. Sometimes they feel isolated from their social environment. Living in the nursing home may result in negative feelings to some extent. Thus, elderly feel lonely and unhappy, which may impact their life satisfaction. This study aimed to analyze the correlation between levels of loneliness and life satisfaction on the level of happiness in nursing home residents. This correlational study implemented cross-sectional design. The population was 150 elderly living in a private nursing home in Surabaya, Indonesia. The independent variables were the level of loneliness and life satisfaction which measured by instruments of UCLA loneliness scale and Satisfaction with Life Scale (SWLS), respectively. The dependent variable was the level of happiness which measured by the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ). Ordinal regression tests were employed in data analysis. The majority was old-aged individuals (75-90 y.o.), female, high school graduated, widowed, and closest to their children. The most frequent visit was done by their children. They live in the nursing home mainly due to the absence of caregiver at home. Currently, most respondents have been lived there for four years. High happiness was followed by mild loneliness and very satisfied toward life in most respondents. There was a strong significant correlation between the level of satisfaction and happiness and between the level of loneliness and happiness with p value of 0.000 for each. Life satisfaction and loneliness are strongly correlated with happiness in nursing home residents.

Keywords: *Elderly, Happiness, Loneliness, Life Satisfaction, Nursing Home.***ABSTRAK**

Setiap individu akan mengalami proses penuaan secara alami yang tidak dapat dihindari. Lansia merupakan seseorang yang telah memasuki fase menua. Seringkali orang-orang ini secara subjektif merasa dirinya tidak berguna lagi bagi keluarganya dan masyarakat. Terkadang mereka merasa terisolasi dari lingkungan sosialnya. Tinggal di panti jompo dapat menimbulkan perasaan negatif sampai batas tertentu. Dengan demikian, lansia merasa kesepian dan tidak bahagia, yang dapat berdampak pada kepuasan hidupnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat kesepian dan kepuasan hidup

terhadap tingkat kebahagiaan penghuni panti jompo. Penelitian korelasional ini menggunakan desain cross-sectional. Populasinya adalah 150 lansia yang tinggal di salah satu panti jompo swasta di Surabaya, Indonesia. Variabel independennya adalah tingkat kesepian dan kepuasan hidup yang masing-masing diukur dengan instrumen skala kesepian UCLA dan Satisfaction with Life Scale (SWLS). Variabel terikatnya adalah tingkat kebahagiaan yang diukur dengan Oxford Happiness Questionnaire (OHQ). Uji regresi ordinal digunakan dalam analisis data. Mayoritas responden adalah lanjut usia tua (75-90 tahun), perempuan, lulusan SMA, janda, dan paling dekat dengan anak. Kunjungan paling sering dilakukan oleh anak-anak mereka. Alasan tinggal di panti jompo terutama karena tidak adanya pengasuh di rumah. Saat ini, sebagian besar responden telah tinggal di sana selama empat tahun. Kebahagiaan yang tinggi diikuti oleh rasa kesepian yang ringan dan sangat puas terhadap kehidupan pada mayoritas responden. Terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat kepuasan dan kebahagiaan serta antara tingkat kesepian dan kebahagiaan dengan nilai p masing-masing 0,000. Kepuasan hidup dan kesepian berhubungan kuat dengan kebahagiaan pada penghuni panti jompo.

Kata Kunci: Lanjut Usia, Kebahagiaan, Kesepian, Kepuasan Hidup, Panti Jompo.

PENDAHULUAN

Setiap individu akan mengalami proses penuaan secara alami dan tidak dapat dihindari. Perubahan yang terjadi dalam proses penuaan akan dialami setiap individu dalam perjalanan kehidupannya (Hooyman dan Kiyak, 2018). Lanjut usia (Lansia) menjadi istilah yang sering digunakan dalam penamaan seseorang yang sudah memasuki fase penuaan. Definisi lansia adalah ketika seseorang memasuki usia diatas 60 tahun (Depkes, 2013). Peningkatan jumlah lansia terus bertambah. Hal ini senada dengan data dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2017 didapatkan bahwa jumlah penduduk lansia mencapai 23,66 juta jiwa (9,03%) dan akan terus bertambah. Dalam proses penuaannya, lansia akan menghadapi berbagai gangguan masalah kesehatan baik fisik, psikologis, sosial, ekonomi dan spiritual. Dengan meningkatnya jumlah lansia tersebut maka akan ditemukan banyaknya permasalahan kesehatan yang dialami lansia.

Salah satu dampak dari masalah yang ditemukan akibat penurunan fungsi adalah masalah

psikologis yang menyebabkan menurunnya aktivitas dan peran sosial baik dikeluarga nya sendiri maupun di masyarakat. dari aspek sosial inilah lansia dipandang memiliki kecenderungan sulit untuk menerima perubahan peran dari pekerjaan dan peranannya dimasyarakat. Sering sekali lansia secara subyektif merasa kalau dirinya sudah tidak berguna lagi bagi keluarga dan masyarakat bahkan terkadang merasa terasingkan dari lingkungan sosial mereka.

Pemikiran ini membuat lansia mengurangi bahkan menghindari interaksi sosialnya sehingga menyebabkan perasaan kesepian. Kondisi kesepian pada lansia menjadikan lansia tidak berdaya, kurang percaya diri, bosan terhadap rutinitasnya, meningkatnya tingkat ketergantungan, merasa tidak dihargai, tidak diperhatikan, dan merasa tidak dicintai sehingga keadaan itu menyebabkan lansia menjadi tidak bahagia (Septiningsih dan Na'imah, 2012). Penelitian yang dilakukan Subasi, dkk dalam Nadhriroh 2020 menyatakan bahwa kepuasan hidup lansia yang tinggal di

panti dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu aktivitas fisik, kualitas perawatan petugas panti, perubahan status kesehatan dan keterbatasan aktivitas akibat adanya rasa sakit dan ketidaknyamanan, adanya perubahan status mental dan rasa kesepian dikatakan menjadi dampak yang kurang baik terhadap kepuasan hidup lansia

Jumlah lansia di dunia setiap tahun mengalami peningkatan seiring dengan peningkatan angka harapan hidup manusia. Menurut data Direktorat Jendral Kependudukan dan Pencatatan Sipil, penduduk lansia pada tahun 2021 di Indonesia mencapai 30.16 juta jiwa dari total penduduk Indonesia sebanyak 273,88 juta jiwa dengan kategori kelompok lansia usia 60-64 tahun sebanyak 11,3 juta (37,48%), kelompok lansia usia 65-69 tahun sebanyak 7,77 juta (25,77%), kelompok lansia usia 70-74 tahun sebanyak 5,1 juta (16,94%), serta kelompok lansia usia lebih dari 75 tahun sebanyak 5,98 juta (19,81%) (Kusnandar, 2021). Dalam penelitian Nadhiroh, dkk 2020 dengan responden lansia kesepian didapatkan hasil usia lansia yang mengalami kesepian 68,02 tahun. Dikatakan juga prevalansi lansia yang mengalami kesepian di Amerika sebesar 62% dan di Indonesia lansia mengalami kesepian dengan tingkat kesepian ringan sebanyak 69%, kesepian sedang 11%, kesepian berat 2%, dan tidak mengalami kesepian 16%.

Kesepian adalah perasaan tidak puas terhadap interaksi sosial yang mereka jalani sehingga apa yang mereka inginkan tidak sesuai harapannya (Baron & Byrne 2005 dalam Fitriana, dkk 2021). Pendapat lain mengatakan kesepian adalah perasaan tersisihkan, terasingkan, merasa berbeda dengan orang lain atau dengan kelompoknya sehingga mempunyai rasa tidak diperhatikan

dan tidak dihargai oleh keluarga ataupun lingkungannya dan pengalaman ini menyebabkan seseorang tidak mempunyai teman untuk berbagi rasa dan pengalaman (Sampao, 2005 dalam Septiningsih dan Na'imah, 2012). Hasil penelitian Septiningsih dan Na'imah, 2012 dari 8 responden lansia menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus menyatakan bahwa semua responden mengalami kesepian emosional. Perasaan kesepian akan membuat seseorang menjadi tidak bahagia. Kebahagiaan merupakan suatu pencapaian yang menggambarkan kepuasan hidup seseorang di lihat dari pemenuhan kebutuhan baik kebutuhan fisik maupun psikis guna mendapatkan kehidupan yang lebih sejahtera (Ismail, dkk 2021).

Kebahagiaan harus dimiliki semua orang oleh karenanya jika kebutuhan rasa bahagia tidak terpenuhi dapat mengakibatkan masalah-masalah pada lansia dan dapat menurunkan aktivitas dan kemandiriannya sehingga bila rasa bahagia dapat terpenuhi diharapkan peningkatan kualitas hidup dapat tercapai. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat kesepian dan kepuasan hidup terhadap tingkat kebahagiaan penghuni panti jompo.

KAJIAN PUSTAKA

Tingkat Kesepian

Kesepian adalah suatu kondisi psikologis dengan perasaan hampa yang mendalam, tidak berharga, tidak terkontrol, dan menjadi ancaman (Caccioppo, et al., 2006). Kesepian juga merupakan rasa menyendiri, tidak dianggap atau dijauhi oleh orang lain (Suardiman, 2016). Kesepian dirasakan bila individu merasa terbuang dari teman-temannya, tidak ada perhatian lagi dari orang sekitar,

merasa sendiri dan jauh dari lingkungannya, tidak ada teman untuk berbagi cerita dan pengalaman, kesendirian sudah menjadi pilihan hidupnya (Suardiman, 2016).

Penyebab kesepian pada lansia adalah kehilangan hubungan dengan sekitar baik dalam pertemanan maupun keluarga, berkurangnya tugas dan tanggungjawab dalam masyarakat, keluarga, pertemanan, dan lainnya yang dianggap sebagai dampak dari seseorang sudah tidak bekerja atau sudah pensiun (Trisnawatik, 2019). Tingkat kesepian dipengaruhi oleh jenis kelamin (Wasis, 2015; dalam Rohmawati, 2017), adanya persahabatan (Rahmi, 2015; dalam Rohmawati, 2017), dan kondisi psikologis (Christie, 2007; dalam Mulyadi, 2017). Kesepian diklasifikasikan menjadi kesepian emosional, situasional, dan sosial (Septiningsih, 2012).

Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup adalah nilai standar subyektif seseorang mengenai keadaannya dengan standar ideal terhadap nilai-nilai dasar utama dalam kehidupannya yang dianggap penting seperti hubungan sosial dengan sesama, kesehatan, pekerjaan, pemasukan keuangan, kualitas keagamaan, gaya hidup dan hubungan baik dengan teman maupun keluarga (Riadi, 2021). Senada dengan Santrock 2002 dalam Yeni 2016 dikatakan bahwa kepuasan hidup merupakan acuan status kesejahteraan psikologis pada orang dewasa lanjut, kepuasan hidup erat hubungannya dengan pemasukan keuangan, kesehatan, gaya hidup yang aktif serta jaringan pertemanan dan keluarga. Faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan hidup adalah interaksi dengan sesama, pekerjaan dan keuangan, kesehatan dan umur

panjang, serta kebermanfaatan individu secara sosial (Riadi, 2021).

Tingkat Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah suatu keadaan emosional yang ditandai dengan perasaan senang, puas, suka, dan penuh, sering melibatkan emosi positif dan kepuasan hidup (Cherry, 2022); Perasaan senang, ketenangan, serta kedamaian hidup secara menyeluruh mengacu pada perasaan positif dan mental seseorang yang sehat (Rusdi, et al., 2018). Tingkat kebahagiaan lansia dipengaruhi oleh tingkat kepuasan hidup, kondisi keseimbangan afek, tingkat kebahagiaan di masa lalu, indikator kesehatan, dan rasa otonomi juga kemandirian (Godoy-Izquierdo, et al., 2013). Kebahagiaan dikategorikan menjadi kebahagiaan kurang, sedang, dan tinggi (Manungkalit & Sari, 2022).

Lansia sangat rentan mengalami kesepian. Kesepian menjadi penghambat bagi lansia untuk menjalani masa tua yang sukses. Kesepian berdampak negatif terhadap kualitas hidup, kesehatan fisik dan mental. Apalagi, pengkajian kesepian secara berkala pada lansia sering diabaikan oleh petugas kesehatan. Suatu studi di Malaysia terhadap 80 lansia berusia 71-80 tahun yang tinggal di panti werdha menemukan bahwa mayoritas lansia mengalami kesepian tingkat tinggi (75%), sisanya mengalami kesepian tingkat sedang (25%). Tidak ada responden yang tidak mengalami kesepian. Karakteristik demografi lansia tidak mempengaruhi tingkat kesepiannya (Aung, et al., 2017).

Penelitian lain terhadap 2.565 lansia di Singapura menunjukkan bahwa mayoritas responden merasa bahagia (cukup dan sangat bahagia sebanyak 96,2%) dimana kesepian memediasi korelasi positif antara fungsi kognitif dan

kebahagiaan lansia (Tan, et al., 2019). Suatu studi terhadap 120 lansia menemukan bahwa resiliensi dan kebahagiaan dapat memprediksi kepuasan hidup lansia (Karami, et al., 2017). Penelitian lain terhadap 154 lansia di Spanyol menemukan bahwa faktor psikososial dapat memprediksi kebahagiaan lansia dimana hubungan kausal ini dimediasi oleh keseimbangan gaya hidup hedonic dan kepuasan hidup yang merupakan aspek dari kesejahteraan subjektif (Lara, et al., 2020).

Secara umum, kebahagiaan di masa tua memang sedikit lebih rendah dari kebahagiaan di masa muda terlepas dari di setting mana lansia itu tinggal, baik di komunitas atau di panti werdha. Dari hasil penelitian sebelumnya terhadap 150 lansia di panti werdha Jambangan Surabaya ditemukan bahwa lansia yang tinggal di panti werdha relatif sulit untuk mencapai tingkat kebahagiaan yang tinggi. Walaupun mayoritas responden melaporkan memiliki kualitas hidup yang tinggi setelah tinggal di panti werdha, namun tingkat kebahagiaan mereka mayoritas sedang. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti werdha ($p=0.000$) [Manungkalit & Sari, 2022].

Suatu studi komparasi terhadap lansia di Spanyol yang membandingkan kebahagiaan mereka di masa lalu dan masa sekarang, antara lansia yang tinggal di komunitas dan di panti werdha, menunjukkan bahwa kebahagiaan lansia yang sekarang secara signifikan lebih rendah dari kebahagiaannya di masa lalu yang dipengaruhi secara signifikan oleh kepuasan hidup, keseimbangan afek, kebahagiaan masa lalu, indikator kesehatan, rasa otonomi dan kemandirian; namun demikian,

kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha maupun di komunitas tidak berbeda secara signifikan (Godoy-Izquierdo, et al., 2013).

Suatu penelitian di Spanyol terhadap lansia yang tinggal di panti werdha dan di komunitas menunjukkan ada tiga profil lansia berdasarkan status keberfungsian: lansia yang sukses, lansia yang cukup sukses, dan lansia yang banyak gangguan; dimana profil ini mempengaruhi tingkat kesejahteraannya secara subjektif. Lansia yang sukses menunjukkan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, afek positif, keseimbangan afek, dan kepuasan hidup; lansia yang cukup sukses menunjukkan kesejahteraan subjektif yang cukup namun afek positifnya menurun, sedangkan lansia yang banyak gangguan mengalami banyak penurunan kesejahteraan subjektif. Semua aspek ini berhubungan dengan kondisi tempat tinggal lansia. Lansia yang paling bahagia adalah lansia yang tinggal di rumahnya sendiri. Bagaimanapun, terdapat lebih sedikit lansia yang tidak bahagia di panti werdha daripada di komunitas (Moreno, et al., 2014).

Penelitian lain terhadap 100 orang lansia menunjukkan terdapat korelasi positif yang signifikan antara kebahagiaan dan kesejahteraan dimana kebahagiaan dapat memprediksi kesejahteraan secara signifikan. Tidak terdapat perbedaan harapan, kebahagiaan, kesehatan secara umum, dan kesejahteraan yang signifikan antara lansia pria dan wanita. Kebahagiaan yang dipersepsikan dapat meningkatkan kesehatan fisik dan mental dan mempengaruhi hubungan interpersonalnya. Aktivitas yang positif yang melibatkan aspek-aspek bersyukur, optimisme, keramahan, dan meditasi dapat meningkatkan

kebahagiaan dan kesejahteraan lansia (Anila & Dhanalakshmi, 2014).

Rumusan masalahnya yaitu apakah ada pengaruh tingkat kesepian dan kepuasan hidup terhadap tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha?. Tujuan khusus penelitian adalah 1) mengidentifikasi tingkat kesepian, kepuasan hidup, dan tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di panti, 2) menjelaskan pengaruh tingkat kesepian dan kepuasan hidup terhadap tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian korelasional ini menggunakan desain *cross-sectional*. *Cross-sectional* adalah desain penelitian yang pengumpulan datanya dilakukan pada satu waktu tanpa ada tindak lanjut (Nursalam, 2017). Variabel independen adalah tingkat kesepian dan kepuasan hidup. Variabel dependen adalah tingkat kebahagiaan. Populasi adalah semua lansia yang tinggal di panti werdha Santo Yosep Surabaya sejumlah 150 orang (N=150). Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi adalah lansia yang tinggal dipanti lebih dari 1 tahun dan menikah sedangkan kriteria eksklusi yaitu lansia yang memiliki penyakit degeneratif dengan komplikasi. Besar sampel yang didapat dalam penelitian ini adalah 102 responden.

Terdapat 3 jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Tingkat kesepian diukur dengan *UCLA Loneliness Scale* versi 3 yang dikembangkan dan disempurnakan oleh Russell tahun 1996. *UCLA Loneliness Scale* versi 3 terdiri dari 20 item yang dapat mengukur perasaan subjektif individu dan perasaan terisolasi secara sosial. Versi pertama dari instrumen ini dilakukan untuk membuat setengah dari 20

item yang ada menjadi item negatif (10 item), sedangkan versi kedua dilakukan untuk menyederhanakan kalimat di dalamnya sehingga orang awam dapat mudah memahaminya. Skala Likert 1-4 digunakan untuk membedakan rentang respon individu. Skala data tingkat kesepian adalah ordinal. Instrumen ini terbukti valid dan reliabel pada populasi remaja (N=170) dengan nilai $X^2 = 98,83$ dan $p = 0,08674$, RMSEA = 0,036 (Nurdiani, 2013).

Kepuasan hidup diukur dengan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Diener, et al. Pada tahun 1985 yang kemudian diterjemahkan ke bahasa Indonesia oleh Akhtar (2019). SWLS terdiri dari 5 item yang mengukur kepuasan hidup individu secara general. Skala Likert 1-7 digunakan untuk membedakan rentang respon penilaian individu terhadap kehidupannya. Skala data kepuasan hidup adalah ordinal. Instrumen ini terbukti valid dan reliabel pada pengujian 1.003 subjek dengan koefisien Chronbach Alpha = 0,828 (Akhtar, 2019).

Tingkat kebahagiaan diukur dengan *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang dikembangkan oleh Argyl dan Lu (1990). OHQ terdiri dari 29 item yang mengukur frekuensi dan tingkat munculnya perasaan yang positif atau kesenangan, tidak adanya pengaruh negatif, dan kepuasan hidup secara menyeluruh. Skala Likert 1-3 digunakan untuk membedakan rentang respon individu. Skala data tingkat kebahagiaan adalah ordinal. Instrumen ini terbukti valid dan reliabel pada populasi lansia (N=150) dengan nilai $r = 0,541-0,833$ dan koefisien Chronbach Alpha = 0,968 (Manungkalit & Sari, 2022).

Birokrasi penelitian ini dimulai dari fakultas keperawatan UKWMS menuju ke panti werdha

Santo Yosep Surabaya untuk meminta ijin penelitian. Kemudian dengan ijin tersebut peneliti akan melakukan penyebaran kuesioner penelitian pada responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Responden diberikan penjelasan tentang tujuan dan manfaat kegiatan ini dan bila bersedia maka peneliti meminta calon responden untuk mengisi

informed consent. Data yang sudah terkumpul akan dilakukan proses koreksi terhadap kelengkapan data, melakukan penilaian kuesioner yang telah diisi, memberi kode, dan tabulasi data-data yang sudah ada. Proses berikutnya adalah melakukan uji hipotesis dengan uji regresi ordinal, diterima bila nilai $p < \alpha$ (0,05).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Data Demografi Responden

No.	Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase (%)
1.	Usia	Pertengahan (45-59)	4	4%
		Lanjut usia (60-74)	42	41%
		Lanjut usia tua (75-90)	46	45%
		Usia sangat tua (>90)	10	10%
2.	Jenis Kelamin	Pria	29	28%
		Wanita	73	72%
3.	Pendidikan	SD	32	31%
		SMP	21	20%
		SMA	33	32%
		PT	16	16%
4.	Status Pernikahan	Single	40	39%
		Menikah	25	24%
		Janda/Duda	30	29%
		Cerai/Pisah	7	8%
5.	Orang Terdekat	Petugas panti	13	13%
		Pasangan	8	8%
		Anak	44	43%
		Cucu	6	6%
		Saudara/Teman	27	26%
		Lainnya	4	4%
6.	Status Pekerjaan	Full Time	18	18%
		Kerja paro-waktu	21	21%
		Tidak bekerja	63	61%
7.	Penghasilan	<1.000.000	53	52%
		1.000.000-2.000.000	23	22%
		2.100.000-3.000.000	12	12%
		3.100.000-4.000.000	6	6%
		4.100.000-5.000.000	8	8%
		>5.000.000	0	0%

8.	Aktivitas sebelum di panti	Keagamaan	29	28%
		Olahraga	34	33%
		Arisan	8	8%
		Rekreasi	3	3%
		Penyuluhan	3	3%
		Lainnya	25	25%
9.	Kunjungan Keluarga	1 bulan sekali	45	42%
		2-3 kali sebulan	25	24%
		Setiap minggu	12	12%
		1 tahun sekali	6	6%
		Tidak pernah	14	16%
10.	Hubungan dengan Keluarga yang datang	Pasangan	7	7%
		Anak	46	45%
		Cucu	6	6%
		Saudara/Teman/Kerabat	43	42%
11.	Aktivitas sosial sesudah di panti	Istirahat/Tidur	50	49%
		Olahraga	36	35%
		Rekreasi	5	5%
		Keagamaan	11	11%
12.	Penyakit yang diderita	Tidak tau	62	61%
		Diabetes	10	10%
		Stroke	7	7%
		Jantung	2	2%
		Hipertensi	5	5%
		Lainnya	16	15%
13.	Awal Diagnosa	Tidak tau	85	83%
		1-10 th	5	5%
		11-20 th	5	5%
		>20 th	7	7%
14.	Jenis Obat	Tidak konsumsi	82	80%
		Amlodipin	11	11%
		Vitamin	5	5%
		Lainnya	4	4%
15.	Alasan tinggal di panti	Tidak ada yang merawat	91	89%
		Sakit	11	11%
16.	Lama tinggal di panti	< 1 bulan	6	7%
		2 - 11 bulan	11	11%
		1 - 3 tahun	41	40%
		4 - 5 tahun	22	21%
		> 6 tahun	22	21%

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berdasarkan usia 46 orang dengan kategori usia tua (*old*) dengan rentang 75-90 tahun, mayoritas wanita sebanyak 73 orang dengan tingkat pendidikan kebanyakan SMA sebanyak 33 orang, sebagian besar dari responden dengan status pernikahan adalah *single* sebanyak 40 orang dan orang terdekatnya adalah anak sebanyak 44 orang. Tabel diatas juga menunjukkan bahwa status pekerjaan kebanyakan responden tidak bekerja sebanyak 63 orang dengan penghasilan sebagian besar <1.000.000 sebanyak 53 orang, aktivitas sebelum masuk panti 102 orang mayoritas mengatakan melakukan olahraga sebanyak 34 orang. Selama di panti hubungan keluarga yang sering datang ke panti adalah anak sebanyak 46 orang,

aktivitas di panti kebanyakan istirahat/tidur sebanyak 65 orang dan aktivitas begitu juga setelah masuk panti sebagian besar tidak ada aktivitas atau istirahat/tidur dipanti sebanyak 50 orang. Penyakit yang diderita kebanyakan dari responden adalah tidak tau dengan penyakitnya sebanyak 62 orang, dengan awal diagnosa pun tidak tau sebanyak 85 orang, dan selama di panti kebanyakan responden tidak konsumsi obat sebanyak 82 orang. Adapun alasan tinggal di panti, sebagian responden berasal karena tidak ada yang merawat sebanyak 91 orang dan sebagian besar responden lama tinggal di panti sudah lebih lebih dari 4 tahun sebanyak 44 orang dan kebanyakan responden tidak ada uang sakunya sebanyak 81 orang.

Tabel 2. Data Khusus

No.	Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase (%)
1	Tingkat Kebahagiaan	Tinggi (≥ 68)	66	65%
		Sedang (49-67)	36	35%
		Rendah (< 49)	0	0%
2	Tingkat Kesepian	Tidak kesepian (20-34)	13	13%
		Kesepian ringan (35-49)	73	71%
		Kesepian sedang (50-64)	15	15%
		Kesepian berat (65-80)	1	1%
3	Tingkat Kepuasan	Sangat puas (31-35)	59	57%
		Puas (26-30)	8	8%
		Sedikit puas (21-25)	12	12%
		Netral (20)	0	0%
		Sedikit tidak puas (15-19)	6	6%

Tidak puas (10-14)	7	7%
Sangat tidak puas (5-9)	10	10%

Berdasarkan tabel 2, didapatkan hasil sebanyak 66 orang responden dengan tingkat kebahagiaan tinggi, dengan tingkat kesepian ringan. Sebagian besar sebanyak 73 orang, dan sebanyak 59 orang responden dengan tingkat

kepuasan sangat puas. Berdasarkan hasil uji regresi ordinal maka terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat kepuasan dan kebahagiaan serta antara tingkat kesepian dan kebahagiaan dengan nilai p masing-masing 0,000.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden sangat puas dengan kehidupannya di panti werdha. Hasil ini senada dengan hasil penelitian Bidzan & Bluma (2020) terhadap 60 orang responden berusia lebih dari 60 tahun dan 139 responden berusia 50-60 tahun yang menunjukkan bahwa lansia memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dari orang yang lebih muda di masa pandemi.

Hasil penelitian lain terhadap lansia yang tinggal di komunitas menunjukkan bahwa kepuasan hidup lansia berbeda secara signifikan antara lansia yang tinggal di kota dan di desa, lansia berusia 65-79 tahun dan lebih dari 80 tahun, lansia yang sudah menikah dan yang belum menikah, dan lansia yang tinggal sendiri dan bersama orang lain (Tian & Chen, 2022). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan hidup lansia yang tinggal di panti werdha, misalnya: jenis kelamin, pendidikan terakhir, pekerjaan sebelum masuk panti, status pernikahan, status kesehatan, status sosial, dukungan sosial, dukungan intergenerasi, penghasilan pribadi atau tingkat ekonomi, jenis pensiun, dan jaminan sosial, (Kolosnitsyna, et al., 2017; Tian & Chen, 2022). Tingginya tingkat kepuasan responden penelitian ini potensial dipengaruhi oleh jenis

kelamin perempuan, pendidikan terakhir SMA, pernah bekerja sebelum masuk panti, sudah pernah menikah, status kesehatan yang relatif cukup baik, dukungan sosial yang cukup dari keluarga dalam berbagai generasi dan dukungan penuh dari para petugas panti.

Hasil penelitian juga menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Tingkat kebahagiaan lansia ditentukan oleh individu lansia itu sendiri dan masyarakat (Clough, 2021). Hasil ini senada dengan hasil penelitian sebelumnya terhadap 1.204 lansia Malaysia yang menemukan bahwa 79,2% lansia merasa bahagia dimana kebahagiaan ini berhubungan signifikan dengan jenis kelamin laki-laki, usia 60-74 tahun, tinggal di perkotaan, penduduk lokal, kelas sosial menengah, aktif bersosialisasi, menerima dukungan emosional, dan kekuatan menggenggam (Shah, et al., 2021). Selain itu, resiliensi dan kepuasan hidup yang tinggi, dan tingginya kemampuan untuk memaknai pengalaman hidup yang positif (Smith & Hollinger-Smith, 2015).

Mayoritas responden melaporkan tingkat kesepian yang ringan. Hasil ini senada dengan hasil penelitian di Belanda terhadap 1.679 lansia yang menemukan bahwa

terjadi peningkatan rasa kesepian lansia di masa pandemi sebagai dampak dari kebijakan menjaga jarak (van Tilburg, et al., 2021). Kesepian adalah salah satu pengalaman manusia yang paling menyakitkan, dan dapat menyebar di antara sesama lansia (Chen & Feeley, 2014). Walaupun mayoritas responden mengaku sangat bahagia dan sangat puas dengan kehidupannya saat ini, ternyata mereka belum dapat terbebas dari rasa kesepian. Hal ini potensial terjadi karena isolasi sosial yang dialami lansia, terutama pada masa pandemi dan kondisi yang belum pulih sepenuhnya pasca pandemi COVID-19. Kesepian dan isolasi sosial merupakan parameter kesehatan lansia yang paling dipengaruhi pada kondisi pandemi yang berhubungan dengan kesehatan fisik dan psikis yang rendah (Wu, 2020).

Faktor penyebab lain juga dapat berasal dari minimnya kunjungan keluarga ke panti werdha. Sebuah penelitian di Oulu terhadap 68 lansia yang tinggal di dua panti werdha yang berbeda menunjukkan bahwa responden merasa kesepian di panti werdha karena adanya keinginan untuk dikunjungi sesering mungkin oleh anggota keluarganya dan mereka berpikir kalau kunjungan keluarga penting untuk kebahagiaan mereka (Gurung & Ghimire, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan tingkat kepuasan hidup mempengaruhi tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha, dan pengaruhnya lebih kuat dari tingkat kesepian. Hal ini senada dengan hasil penelitian Beygzadeh, et al. (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kepuasan hidup dan kebahagiaan pada lansia, dimana kepuasan hidup menentukan kebahagiaan lansia secara positif. Hal ini patut disyukuri mengingat banyaknya keterbatasan

lansia yang tinggal di panti werdha yang dapat memicu timbulnya emosi negatif seperti rasa kesepian di kalangan penghuni dimana perasaan ini dapat ditularkan pada sesama lansia. Emosi positif seperti kepuasan terhadap hidup yang dijalani perlu dimiliki oleh lansia yang tinggal di panti werdha agar dapat menemukan makna hidup di usia senja.

Hasil penelitian ini didukung oleh sebuah studi terhadap 154 lansia Spanyol yang menunjukkan bahwa sumberdaya psikososial merupakan prediktor yang signifikan dari kebahagiaan lansia saat ini, dimana hubungan ini dimediasi oleh kepuasan hidup dan keseimbangan hedonik yang terbukti sebagai faktor intermediet dari kesejahteraan subjektif ((Lara, et al., 2020). Selain menjadi mediator, kepuasan hidup juga dapat dipengaruhi oleh kebahagiaan lansia. Sebuah studi terhadap 120 lansia yang tinggal di panti werdha wilayah Kermanshah menunjukkan bahwa kebahagiaan dan resiliensi dapat menentukan kepuasan hidup lansia yang tinggal di panti werdha (Karami, et al., 2017).

Selain tingkat kebahagiaan, secara negatif tingkat kesepian juga mempengaruhi tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha namun kekuatan pengaruhnya lebih rendah dari tingkat kepuasan hidup. Kesepian pada lansia sudah menjadi masalah kesehatan mental masyarakat yang semakin diperparah oleh pandemi COVID-19 dimana kesepian berhubungan dengan berkurangnya kebahagiaan (Patel & Clark-Ginsberg, 2020). Hasil penelitian ini didukung oleh sebuah studi terhadap 429 lansia yang menunjukkan bahwa dukungan sosial intergenerasional dapat mempengaruhi kebahagiaan lansia secara subjektif dimana hubungan pengaruh ini dimediasi oleh kesepian dan harga diri (Tian, 2014).

Penelitian lain terhadap 2.565 lansia Singapura menunjukkan bahwa mayoritas lansia merasa cukup atau sangat bahagia dimana keturunan Malay, sudah menikah atau hidup bersama orang lain, dan berpendidikan lebih tinggi lebih sering melaporkan kebahagiaan; kesepian terbukti menjadi mediator antara hubungan kognisi dan kebahagiaan pada lansia, bersama dengan disabilitas, depresi, dan frekuensi kontak dengan teman (Tan, et al., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini, tingkat kepuasan hidup dan tingkat kesepian sama-sama berperan penting dalam menentukan tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha. *Caregiver* yang bertugas di panti werdha sebaiknya lebih fokus pada faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup dan kebahagiaan lansia dalam seting perawatan sehari-hari untuk menunjang tercapainya *healthy aging*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat kepuasan dengan tingkat kebahagiaan dan antara tingkat kesepian dengan tingkat kebahagiaan dengan nilai $p < 0.000$ dimana mayoritas responden memiliki tingkat kebahagiaan tinggi sebanyak 66 orang, tingkat kesepian ringan sebanyak 73 orang, dan dengan tingkat kepuasan sangat puas sebanyak 59 orang. Lansia yang tinggal dipanti memiliki banyak teman seusianya dan pemenuhan kebutuhan serta aktivitas harian dapat terpenuhi. Dengan demikian diharapkan kebahagiaan dapat dipertahankan dan tingkat kebahagiaan dapat ditingkatkan guna menjamin kesejahteraan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, H. (2019). Evaluasi properti psikometris dan perbandingan model pengukuran konstruk subjective well-being. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 29-40
- Aung, K. T., Nurumal, M. S., & Bukhari, W. N. S. W. (2017). Loneliness among elderly in nursing homes. *International Journal for Studies on Children, Women, Elderly and Disabled*, 2, 72-78.
- Bidzan-Bluma, I., Bidzan, M., Jurek, P., Bidzan, L., Knietzsch, J., Stueck, M., & Bidzan, M. (2020). A Polish and German population study of quality of life, well-being, and life satisfaction in older adults during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 11, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.585813>
- Beygzadeh Z. K., , Rezaei, A., & Khalouei, Y. (2015). The relationship between social support and life satisfaction with happiness among home-dwelling older adults in Shiraz. *Iranian Journal of Ageing*, 10 (2), 172-179.
- Cherry, K. 2022. What is Happiness?; Defining Happiness, and How to Become Happier. <https://www.verywellmind.com/what-is-happiness-4869755>
- Courtin, E., & Knapp, M. (2017). Social isolation, loneliness and health in old age: a scoping review. *Health and Social Care in The Community*, 25(3), 799-812. <https://doi.org/10.1111/hsc.12311>
- Clough, R. (2021). *Old Age Homes*. Diunduh dari: <https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=TmZCEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT8&dq=elder>

- ly+and+happy+or+happiness+and+nursing+home&ots=hGyeP3M_4o&sig=f3J5U211UPPgV1jXfE8V1m31SA&redir_esc=y#v=onepage&q=elderly%20and%20happy%20or%20happiness%20and%20nursing%20home&f=false
- Depkes 2013. *Gambaran kesehatan lanjut usia di Indonesia. Bulletin jendela data dan informasi kesehatan*. Dunduh dari: www.depkes.go.id
- Ekasari, MF dan Riasmini, NM. 2018. *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia*. Malang: Wineka Medi
- Fitriana, LN., Lestari, DR, Rahmayanti, D. 2021. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian pada Lanjut Usia di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin. *Dunia Keperawatan; Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*.
- Future research should aim to better link the evidence on the risk factors for loneliness and social isolation and the evidence on their impact on health (Courtin & Knapp, 2017).
- Gurung, S., & Ghimire, S. (2014). *Role of Family in Elderly Care*. Retrieved from: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/75830/Thesis%20print%20final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Godoy-Izquierdo, D., Moreno, R. L., Perez, M. L. V., Serrano, F. A., & Garcia, J. F. G. (2013). Correlates of happiness. Among older Spanish institutionalised and non-institutionalised Adults. *Journal of Happiness Study*, 14, 389-414.
- Hurlock, E. 2015. *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga
- Hooyman, N. R., & Kiyak, H. A. (2018). *Social gerontology: A multidisciplinary perspective* (10th ed.). Pearson.
- Ismail, NS., Permatasari, N., Tajuddin, I., Rahmah, TR., Maulidya, ASI. 2021. Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Werdha dengan Bermain Puzzle dan Sharing Session. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)*. Edisi 2
- Joshanloo, M. 2017. Structural and discriminant validity of the tripartite model of mental well-being: differential relationships with the big five traits. *Journal of Mental Health*, 28(2), 1-7.
- Karami, J., Sanjabi, A., & Karimi, P. (2017). The prediction of life satisfaction among the elderly based on resilience and happiness. *Aging Psychology*, 2(4), 229-236.
- Kementerian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi. 2017. *Analisis Lansia di Indonesia*.
- Nadhiroh, U., Anggraeni, R., Indrayati, N. 2020. Gambaran Depresi Afek, Emosional dan Isolasi Sosial Pada Lansia Kesepian. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa Vol 2 No. 3*, Hal 111-120. RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.
- Kolosnitsyna, M., Khorkina, N. & Dorzhiev, H. (2017). Determinants of life satisfaction in older Russians. *Ageing International*, 42, 354-373. <https://doi.org/10.1007/s12126-017-9297-3>
- Lara, R., Vazquez, M. L., Ogallar, A., & Godoy-Izquierdo, D. (2020). Psychosocial resources for hedonic balance, life satisfaction and happiness in the elderly: A path analysis.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 5684, DOI: 10.3390/ijerph17165684
- Manungkalit, M., & Sari, N. P. W. P. (2022). Hubungan Tingkat Kebahagiaan dengan Kualitas Hidup pada Lansia yang Tinggal di Panti. Surabaya: Fak. Keperawatan UKWMS.
- Moreno, R. L., Godoy-Izquierdo, D., Perez, M. L. V., Garcia, A. P., Serrano, F. A., & Garcia, J. F. G. (2014). Multidimensional psychosocial profiles in the elderly and happiness: a cluster-based identification. *Aging & Mental Health*, 18(4), DOI: <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.856861>
- Mulyadi, A. Dkk. (2017). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesepian Pada Lansia Di Aceh. Fakultas Keperawatan. Universitas Syiah Kuala Banda Aceh
- Nurdiani, A. F. (2013). Uji validitas konstruk UCLA Loneliness Scale Version 3. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 2(8), 499-503.
- Patel, S. S., & Clark-Ginsberg, A. (2020). Incorporating issues of elderly loneliness into the Coronavirus Disease-2019 public health. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 14(3), E13-E14. doi:10.1017/dmp.2020.145
- Putri, Ryanti P. 2016. Hubungan Partisipasi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia. Skripsi.
- Rusdi, A., Wicaksono, K.A., Ardiyantara, N., dkk. 2018. Sedekah sebagai prediktor kebahagiaan. *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.5, No 1
- Riadi, M. (2021). Kepuasan Hidup (Pengertian, Aspek, Karakteristik dan Faktor yang Mempengaruhi). Diunduh dari: <https://www.kajianpustaka.com/2021/02/kepuasan-hidup-pengertian-aspek.html>
- Rohmawati, WN. 2017. Hubungan Interaksi Sosial dengan Tingkat Kesepian dan Depresi pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
- Lara, R., Vazquez, M. L., Ogallar, A., & Godoy-Izquierdo, D. (2020). Psychosocial resources for hedonic balance, life satisfaction and happiness in the elderly: A path analysis. *Int. J. Environ. Public Health*, 17(16), 5684, <https://doi.org/10.3390/ijerph17165684>
- Shah, S. A., Safian, N., Ahmad, S., Ibadullah, W. A. A. W., bin Mohammad, Z., Nurumal, S. R., Addnan, M. F., & Shobugawa, Y. (2021). Factors associated with happiness among Malaysian elderly. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18(7), 3831, <https://doi.org/10.3390/ijerph18073831>
- Septiningsih, DS and Na'imah T. 2012. Kesepian pada lanjut usia: studi tentang bentuk, faktor pencetus dan strategi coping. *Jurnal Psikologi*, vol 11 no 2
- Suardiman, S. P. 2016. Psikologi Usia Lanjut. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Smith, J. L., & Hollinger-Smith, L. (2015). Savoring, resilience, and psychological well-being in older adults. *Aging & Mental Health*, 19(3), 192-200.
- Tan, J. H., Abdin, E., Shahwan, S., Zhang, Y., Sambasivam, R., Vaingankar, J. A., Mahendran,

- R., Chua, H. C., Chong, S. A., & Subramaniam, M. 2019. Happiness and cognitive impairment among older adults: investigating the mediational roles of disability, depression, social contact frequency, and loneliness. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(24), 4954, DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph16244954>
- Tian, Q. (2014). Intergeneration social support affects the subjective well-being of the elderly: Mediator roles of self-esteem and loneliness. *Journal of Health Psychology*, 21(6), <https://doi.org/10.1177/1359105314547245>
- Tian, H., & Chen, J. (2022). Study on life satisfaction of the elderly based on healthy aging. *Journal of Healthcare Engineering*, ID 8343452, <https://doi.org/10.1155/2022/8343452>
- Trisnawatik, Aprillia. (2019). *Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Cabang Ponorogo*. Skripsi (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Ponorogo
- Van Tilburg, T. G., Steinmetz, S., Stolte, E., van der Roest, H., & de Vries, D. H. (2021). Loneliness and mental health during the COVID-19 pandemic: a study among Dutch older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(7), e249-e255, <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa111>
- Wiraini TP, Zukhra RM, Hasneli Y. Lansia Pada Masa COVID-19. *Keperawatan*. 2021;1:44-53.
- Wu, B. (2020). Social isolation and loneliness among older adults in the context of COVID-19: a global challenge. *Glob Health Res Policy*, 5, 27. <https://doi.org/10.1186/s41256-020-00154-3>
- Yeni, F. 2013. Hubungan Emosi Positif dengan Kepuasan Hidup Pada Lanjut Usia (Lansia) di Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. *Ners Jurnal Keperawatan*, Vol 9, No 1 Maret 2013; 10-21