

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN SPIRITUALITAS TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIKAKAK KECAMATAN BANJARHARJO KABUPATEN BREBES**Panji Muhammad Huda^{1*}, Supriyadi²**¹⁻²Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email Korespondensi: panjimuhammadhuda@gmail.com

Disubmit: 14 Agustus 2024

Diterima: 28 Desember 2024

Diterbitkan: 01 Januari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i1.16977>**ABSTRACT**

Loneliness is a common issue the elderly face, especially in Indonesia. The elderly experience loneliness primarily due to reduced social contact, particularly when they lose loved ones such as spouses or close friends. This can lead to reluctance to interact with others, as they feel that no one understands them, resulting in loneliness. To determine the correlation between family support and spirituality on the level of loneliness among the elderly at the elderly health post at the service area of Puskesmas (Community Healthcare Center) Cikakak, Banjarharjo District, Brebes Regency. This study used a quantitative survey method with a cross-sectional approach. A non-random sampling technique involved 79 respondents from the elderly health post at Puskesmas Cikakak service area. The research instruments included a family support questionnaire, a spiritual well-being scale questionnaire, the UCLA loneliness scale, and a chi-square analysis. The study results indicated no significant correlation between family support and the level of loneliness (p -value = 0.116). However, spirituality and loneliness had a significant correlation (p -value = 0.007). There is no significant correlation between family support and loneliness among the elderly at the elderly health post at Puskesmas Cikakak service area, Banjarharjo District, Brebes Regency. However, there is a significant correlation between spirituality and loneliness among the elderly at the elderly health post at Puskesmas Cikakak service area, Banjarharjo District, Brebes Regency.

Keywords: Family Support, Spirituality, Level of Loneliness**ABSTRAK**

Kesepian merupakan masalah umum yang dihadapi lansia, terutama di Indonesia. Kesepian dialami oleh lansia bersumber dan lebih terkait dengan berkurangnya kontak sosial, ketika para lansia mengalami suatu peristiwa seperti ditinggalkan oleh orang yang mereka cintai seperti pasangan hidup dan teman dekat membuat para lansia tersebut tidak ingin berinteraksi dengan yang lain dikarenakan merasa tidak ada lagi yang bisa mengerti dirinya sehingga lansia merasa kesepian. Mengetahui hubungan dukungan keluarga dan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode survai melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian

ini menggunakan teknik sampling non random sampling dengan jumlah responden 79 yang terdiri dari lansia di Posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes. instrumen penelitian yang digunakan yaitu kusioner dukungan keluarga, kusioner spiritual *well being scale*, kusioner UCLA *loneliness scale* dan menggunakan uji analisis chi-square. Dari hasil penelitian ini menyebutkan tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian ($p\text{ value} = 0,116$). Terdapat hubungan spiritualitas dengan tingkat kesepian ($p\text{ value} = 0,007$). Tidak ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia di posyandu lansia wilayah kerja puskesmas cikakak kecamatan Banjarharjo kabupaten Brebes. Terdapat hubungan spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lansia di Posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Spiritualitas, Tingkat Kesepian

PENDAHULUAN

Kesepian merupakan masalah umum yang dihadapi lansia, terutama di Indonesia. Kesepian dialami oleh lansia bersumber dan lebih terkait dengan berkurangnya kontak sosial, ketika para lansia mengalami suatu peristiwa seperti ditinggalkan oleh orang yang mereka cintai seperti pasangan hidup dan teman dekat membuat para lansia tersebut tidak ingin berinteraksi dengan yang lain dikarenakan merasa tidak ada lagi yang bisa mengerti dirinya sehingga lansia merasa kesepian (Bini'Matillah, 2018). Berkurangnya peran sosial, interaksi dengan anggota keluarga, masyarakat maupun teman kerja sebagai akibat terputusnya hubungan kerja atau karena purna tugas (pensiun). Selain itu, kondisi kesehatan mental dan spiritual juga dapat mempengaruhi tingkat kesepian. Lansia yang mengalami depresi atau kecemasan mungkin lebih rentan terhadap kesepian, karena perasaan negatif dan isolasi diri dapat memperburuk kondisi kesepian (Widyawati, 2019).

Menurut Ryan dan Patterson dalam (Rifiyanto, 2019) mengemukakan bahwa kesepian menduduki rangking ke dua terbanyak sebagai masalah yang terjadi pada lansia di Amerika.

Sedangkan menurut Wardiyah (2017) menyatakan bahwa lansia yang mengalami kesepian di komunitas yakni sebesar 66,6 % dengan kesepian sedang, 23,33 % kesepian ringan dan 10 % kesepian berat. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesepian pada lansia di komunitas cukup signifikan, dengan mayoritas mengalami kesepian sedang. Namun demikian, penting untuk memahami bahwa tingkat kesepian tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks (Nancye & Tjahjono 2017).

Dukungan keluarga memainkan peran yang sangat penting dalam memastikan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia. Dukungan keluarga mencakup aspek emosional, finansial, penghargaan, informatif dan praktis, yang dapat membantu lansia menghadapi tantangan fisik dan psikologis yang dihadapi di usia lanjut. Lansia seringkali memerlukan bantuan dan perhatian lebih, terutama dalam menghadapi tantangan fisik dan emosional yang terkait dengan penuaan. Dukungan dari keluarga dapat memberikan rasa aman, nyaman, dan merasa dihargai bagi lansia. Oleh karena itu, pemahaman dan praktik pemberian dukungan

keluarga menjadi sangat penting terhadap kesepian (Natalia & Rustina, 2020). Pemahaman dan praktik pemberian dukungan keluarga yang baik juga dapat menjadi jembatan untuk memperkuat aspek spiritualitas lansia. Ketika keluarga hadir secara aktif dalam kehidupan sehari-hari lansia, mereka tidak hanya memberikan dukungan fisik dan emosional, tetapi juga memperkuat dimensi spiritualitasnya.

Aspek spiritualitas pada lansia dapat mengacu pada pengalaman dan keyakinan yang lebih dalam tentang makna dan tujuan hidup, serta hubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri yaitu hubungannya dengan Tuhan Yang Mahaesa sebagai pencipta alam semesta. Pada lansia, dimensi spiritualitas sering kali menjadi sumber kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi tantangan dan perubahan yang terjadi di usia lanjut. Peran spiritualitas dalam kesejahteraan lansia dapat terlihat dalam berbagai aspek seperti meditasi, sembahyang atau sholat, berdoa, pengajian dan ritual-ritual peribadatan lainnya. Spiritualitas dapat memberikan sumber kekuatan emosional dan mental bagi lansia. Para lansia di wilayah kerja Puskesmas Cikakak dalam aspek spiritualitas masih rendah hal ini disebabkan rata-rata pendidikannya rendah dan jaranganya kegiatan-kegiatan sosial dilingkungan desanya sehingga kesadaran untuk mengikuti kegiatan-kegiatan sosial yang bisa membangkitkan spiritualitas juga masih rendah. Keyakinan dan nilai-nilai spiritual dapat menjadi landasan yang kuat untuk menghadapi situasi yang sulit dan memunculkan rasa ketenangan dan harapan dalam menghadapi penuaan dan perubahan hidup (Rusydiyah, 2016).

Populasi lansia di Indonesia diprediksi akan meningkat lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah Asia dan negara lainnya setelah tahun 2050 (BPS 2023). Persentase lansia Indonesia mengalami peningkatan setidaknya 4 % selama lebih dari satu dekade (2010-2022) sehingga menjadi 11,75 %. Umur harapan hidup juga meningkat dari 69,81 % pada tahun 2010 menjadi 71,85 % di tahun 2022. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah (2022) proporsi penduduk lansia terus mengalami peningkatan. Persentase penduduk lansia terhadap total penduduk di Provinsi Jawa Tengah terus mengalami peningkatan, yaitu 12,64 % pada tahun 2021 menjadi 13,07 % pada tahun 2022.

Data menurut Badan Pusat Statistik Kabupaten Brebes (2022) menunjukkan bahwa proporsi penduduk lansia di Kabupaten Brebes terus mengalami peningkatan yaitu 10,4 % di tahun 2021 menjadi 10,77 % di tahun 2022. Puskesmas Cikakak yang terletak di desa Cikakak Kecamatan Banjarharjo merupakan bagian dari wilayah Kabupaten Brebes. Puskesmas Cikakak wilayah kerjanya mencakup sepuluh desa yang masing-masing desanya terdapat satu Posyandu Lansia. Data populasi lansia di wilayah kerja Puskesmas Cikakak pun cukup tinggi dari sepuluh desa tersebut pada bulan November 2023 jumlah lansia yang tercatat 2.299 yang terdiri dari laki-laki 1.913 dan perempuan 1.732. Dari sejumlah lansia 2.299 tersebut yang aktif berkunjung ke Posyandu adalah 374 yang terdiri laki-laki 73 dan perempuan 301 atau yang aktif berkunjung ke Posyandu hanya 16,27 %.

KAJIAN PUSTAKA

Berkaitan dengan ilmu kesehatan maka kesepian merupakan keadaan psikologis seseorang terhadap keadaan yang sedang dihadapi dan ditanggapi secara berbeda oleh setiap individu, dimana seseorang yang merasa kesepian selalu merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya serta cenderung menyendiri dan tidak pernah puas dengan apa yang telah diberikan oleh lingkungan sekitarnya. (Ningsih & Setyowati, 2020).

Menurut Munandar (2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia antara lain :

- a) Faktor Psikologis
- b) Faktor kebudayaan dan situasional
- c) Faktor Spiritual

Menurut Apriska (2016) dampak yang ditimbulkan dari adanya kesepian pada usia lanjut beragam, kesepian pada lansia diyakini menjadi masalah disebabkan oleh kesepian mampu mempengaruhi kesehatan lansia secara kompleks, namun dapat menjadikan banyak masalah kesehatan secara fisik maupun secara psikologis, termasuk juga gangguan tidur, gangguan tidur pada lansia, stres, bahkan pikiran untuk melakukan bunuh diri akan muncul pada lansia yang kesepian.

Teori keperawatan Swanson's *Theory of Caring*

- a) *Compassion* (kasih sayang)
- b) *Competence* (kompetensi)
- c) *Confidence* (keyakinan)
- d) *Conscience* (kesadaran)
- e) *Commitment* (komitmen)

Ada beberapa instrumen yang dapat mengukur kesepian, pada tahun 1978, Russell, Peplau, dan Perlman mengembangkan instrumen kesepian yang diterbitkan oleh *University of California, Los Angeles (UCLA)*. *UCLA Loneliness Scale* merupakan pengukuran tertulis yang

terdiri dari 20 butir soal *UCLA Loneliness Scale* memiliki hasil *cronbach alpha* yang tinggi yaitu 0,94 dan reliabilitas test-retest yang baik (Perlman & Peplau, 1981). Instrumen ini telah diterjemahkan ke berbagai bahasa dan digunakan untuk penelitian di berbagai negara. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Keluarga merupakan support system utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Dukungan keluarga termasuk dalam faktor pendukung atau supporting factors yang dapat mempengaruhi perilaku dan gaya hidup seseorang sehingga berdampak pada status kesehatan dan kualitas hidupnya. Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam mengintensifkan perasaan sejahtera (Zahara & Anastasya, 2021).

Menurut yusra (dalam Islamiati, 2017) mengatakan keluarga memiliki beberapa jenis dukungan keluarga adalah :

- a) Dukungan Informasional
- b) Dukungan Penilaian
- c) Dukungan instrumental
- d) Dukungan Emosional

Instrumen untuk menilai dukungan keluarga pada penelitian ini di ambil dari Yenni (dalam panjaitan, 2022) yang sudah tervalidasi. Kuesioner pada penelitian ini menggunakan 15 pernyataan terkait dengan dukungan keluarga yang meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi dan dukungan instrumental. Bentuk pernyataan yang digunakan yaitu skala Likert dengan pernyataan positif dan negatif.

Menurut Karomah (2015) spiritual adalah segala sesuatu yang mengasosiasikan seseorang dengan

kekuatan yang lebih tinggi (Tuhan), yang menimbulkan kebutuhan dan kecintaan terhadap keberadaan Tuhan serta permintaan maaf atas segala kesalahan yang telah diperbuat (Himawan *et al.*, 2023).

Instrumen ini untuk mengukur tingkat kesejahteraan spiritualitas pada lansia. Salah satu instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kesejahteraan spiritualitas pada pasien yaitu menggunakan kuesioner *Spiritual Well Being Scale* (SWBS) yang dikembangkan oleh Paloutzian and Ellison yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. Kuesioner spiritual *well being scale* dibagi menjadi dua yaitu kesejahteraan religius atau *Religious Welfare-Being* (RWB) dan kesejahteraan eksistensial atau *Existential well-being* (EWB) yang bisa dipakai untuk semua agama. Skala RWB digunakan untuk menilai persepsi individu tentang kesejahteraan spiritual dalam hubungan individu dengan Tuhan, dan skala EWB dianggap sebagai dimensi sosiopsikologis yang menilai kualitas kemampuan individu beradaptasi dengan diri sendiri, masyarakat, dan lingkungan (Noel, 2016).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti akan melakukan suatu penelitian “Bagaimana hubungan dukungan keluarga dan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes ?”

Penelitian yang dilakukan memiliki tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes. Tujuan Khusus untuk mengidentifikasi karakteristik

responden (Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, status pernikahan, dan pekerjaan), untuk mengidentifikasi dukungan keluarga terhadap lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes, untuk mengidentifikasi spiritualitas lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes, untuk mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes, untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes, untuk mengetahui hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasi. Metode penelitian adalah metode survei pendekatan *cross-sectional* dengan mengumpulkan data variabel bebas dan variabel terikat.

Populasi dalam penelitian ini yaitu 374 orang. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah dilakukan oleh peneliti ditemukan ada 79 responden dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan metode teknik *purposive sampling*,

Alat ukur atau instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah Kuesioner. Kuesioner dukungan keluarga, *Spiritual Well Being Scale* (SWBS) dan *UCLA Loneliness Scale*.

Penelitian sudah lulus etika penelitian dengan nomor KEPK/UMP/200/V/2024

Analisa data yang digunakan pada penelitian ini yaitu Analisis univariat dan Analisis Bivariat. Analisis Bivariat terdiri uji statistik *Chi Square / Fisher's Exact Test*.

Dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha \leq 0,05$), jika nilai $p \leq 0,05$ maka terdapat hubungan bermakna antara variabel bebas dan variabel terikat.

Data pada penelitian ini diolah dengan menggunakan aplikasi *Microsoft excel* dan *SPSS*

HASIL PENELITIAN

a) Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik Responden	F	%
Usia		
60-64 Tahun	17	21,5%
65-69 Tahun	57	72,2%
70-Keatas	5	6,4%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	41,8%
Perempuan	46	58,2%
Pendidikan		
Tidak Sekolah	12	15,2 %
SD	45	57,0%
SMP	14	17,7%
SMA/SMK	8	10.1%
Status Pernikahan		
Masih Punya Pasangan	28	35,4
Duda	13	16,5
Janda	38	48,1
Pekerjaan		
Tidak bekerja	73	92,4
Pensiunan	6	7,6

b) Dukungan Keluarga terhadap lansia di posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak

Kecamatan Banjarharjo
Kabupaten Brebes

Tabel 2. Distribusi dukungan keluarga terhadap lansia di posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes (n=79).

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Presentase
Tidak Mendukung	53	67,1%
Mendukung	26	32,9%
Total	79	100%

- c) Spiritualitas lansia di posyandu lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes (n=79).

Tabel 3. Distribusi spiritualitas lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes (n=79).

Spiritualitas	Frekuensi	Presentase
Rendah	51	64,6%
Sedang	28	35,4%
Total	79	100%

- d) Tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes

Tabel 4. Distribusi tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes (n=79).

Kesepian	Frekuensi	Presentase
Rendah	27	34,2%
Sedang	52	65,8%
Total	79	100%

- e) Hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

Tabel 5. Distribusi hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes (n=79).

Dukungan keluarga	Tingkat Kesepian						P-value	OR
	Kesepian rendah		Kesepian sedang		Total			
	F	%	F	%	F	%		
Tidak mendukung	15	18,1	38	34,9	53	100	0,116	0,461
Mendukung	12	8,9	14	17,1	26	100		
Total	27	27,0	52	52,0	79	100		

f) Hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja

Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

Tabel 6. Distribusi hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes (n=79).

Spiritualitas	Tingkat Kesepian						P-value	OR
	Kesepian sedang		Kesepian berat		Total			
	N	%	N	%	n	%		
Rendah	12	17,4	39	33,6	51	100	0,007	0,267
Sedang	15	9,6	13	18,4	28	100		
Total	27	27,0	52	52,0	79	100		

PEMBAHASAN

a) Karakteristik Responden

Lansia dengan usia yang lebih lanjut, khususnya mereka yang berusia 60 tahun ke atas, cenderung mengalami peningkatan isolasi sosial dan kesepian. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti penurunan kesehatan fisik yang membatasi aktivitas sosial, kehilangan pasangan hidup atau teman sebaya, serta perubahan peran dalam keluarga. Selain itu, perubahan lingkungan sosial yang semakin cepat juga dapat membuat lansia merasa terasing dan kesulitan beradaptasi dengan perubahan tersebut (Rifiyanto, 2019).

Pada penelitian ini peran gender sangat signifikan dalam memunculkan perasaan kesepian pada lansia. Secara umum, laki-laki cenderung lebih sulit untuk secara terbuka mengungkapkan perasaan kesepian dibandingkan perempuan. Norma sosial yang mengakar seringkali membuat laki-laki merasa perlu menunjukkan citra diri yang kuat dan mandiri, sehingga mereka enggan mengakui kelemahan atau kebutuhan akan dukungan sosial.

Di sisi lain lansia wanita dengan usia harapan hidup yang lebih panjang, kerap kali memiliki lebih banyak waktu luang yang dapat memicu perasaan kesepian. Ketergantungan emosional yang terjalin dengan pasangan selama bertahun-tahun juga dapat membuat lansia wanita merasa kehilangan ketika pasangan meninggal. Akibatnya, mereka cenderung lebih sering mengalami kesepian emosional dan kesulitan untuk membangun koneksi sosial baru (Khairani, 2021).

Menurut Yuswatiningsih & Suhariati (2021) pengetahuan diperoleh sebagai hasil dari pengamatan terhadap objek tertentu. Beberapa faktor dapat mempengaruhi pengetahuan seperti, usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, lingkungan, faktor-faktor sosial budaya status ekonomi dan sumber informasi. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan memberikan gambaran penting mengenai latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh partisipan dalam suatu penelitian. Tingkat pemahaman

responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa latar belakang pendidikan dapat mempengaruhi cara individu memahami dan merespons situasi tertentu, termasuk pada lansia. Lansia dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih aktif dalam mencari dukungan sosial dan terlibat dalam kegiatan komunitas, sebaliknya, lansia dengan pendidikan rendah lebih mungkin merasa terisolasi (Rini *et al.*, 2020). Sehingga lansia dengan pendidikan tinggi cenderung tidak mengalami kesepian karena masih aktif pada kegiatan sosial.

Status pernikahan juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebahagiaan lansia, Lansia yang kehilangan pasangan, baik karena perceraian maupun kematian, sering kali mengalami penurunan kebahagiaan. Mereka mungkin merasa terasing dan kesepian, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka. Sebaliknya lansia yang masih mempunyai pasangan cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang berstatus duda/janda. Hubungan yang stabil dan dukungan emosional dari pasangan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi perasaan kesepian (Prakarsa, 2020).

Lansia yang tidak bekerja dan pensiunan seringkali diiringi oleh perasaan kesepian. Kehilangan pekerjaan tidak hanya berarti kehilangan penghasilan, tetapi juga hilangnya rutinitas, interaksi sosial, dan rasa memiliki yang selama ini diperoleh dari lingkungan kerja. Hal ini dapat menyebabkan lansia merasa terisolasi, kehilangan tujuan hidup, dan mengalami penurunan

kualitas hidup secara keseluruhan (Purwanto, 2019).

b) Dukungan Keluarga terhadap lansia di posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti di dapatkan bahwa sebagian besar lansia di posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes tidak memiliki dukungan keluarga dengan persentase 67,1 % dan sisanya memiliki dukungan keluarga dengan presentase 32,9%. Lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga karena faktor internal contohnya konflik keluarga di akibatkan perselisihan atau konflik yang terjadi di dalam keluarga dapat menyebabkan hubungan menjadi renggang dan mempengaruhi pemberian dukungan kepada lansia kemudian, kedua anggota keluarganya kurang perhatian, di antaranya ada yang merantau jauh dari desanya, perasaan lansia yang bersangkutan tidak diperhatikan keluarganya atau lansia tersebut cenderung pikun. Maka dari itu lansia membutuhkan seseorang untuk mengerti dengan kondisi yang dialami, keluarga dapat menjadi pendengar yang baik untuk mendengarkannya bercerita serta memenuhi kebutuhan (Luthfa, 2019). Aspek aspek dukungan keluarga yang tidak didapatkan ada dukungan emosional dan dukungan sosial.

c) Spiritualitas lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes

Kebutuhan spiritual adalah kebutuhan untuk mencari tujuan

hidup, kebutuhan untuk dicintai dan mencintai, kebutuhan untuk memberikan dan mendapatkan maaf dan kebutuhan untuk beribadah kepada Tuhan Yang Maha Esa. Kebutuhan spiritual pada lansia dipengaruhi oleh faktor usia yang sudah tua. Upaya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan spiritual lansia adalah dengan melibatkan orang terdekat atau keluarga untuk saling berbagi dan mencurahkan semua perhatiannya untuk kesejahteraannya khususnya dalam hal spiritual lansia (Febriana *et al.*, 2019).

Menurut Rudiyanto *et al.*, (2022) terdapat beberapa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tingkat spiritual pada lansia dapat rendah, diantaranya kehilangan pasangan hidup, kualitas kesehatan yang rendah, tingkat kecemasan, pengalaman hidup sebelumnya. Tingkat spiritualitas yang rendah pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang bersifat pribadi, sosial dan lingkungan. Kurangnya dukungan sosial merupakan salah faktornya karena lansia yang tidak memiliki dukungan dari keluarga, teman, atau komunitas religius mungkin merasa kesepian dan kurang termotivasi untuk terlibat dalam aktivitas spiritual. Lalu pengalaman hidup negatif, pengalaman hidup yang traumatis atau penuh kesulitan, seperti kehilangan orang yang dicintai, kegagalan, atau penyakit kronis, dapat membuat lansia merasa kecewa atau marah terhadap konsep spiritualitas atau agama. Kehilangan orang tercinta, Kehilangan pasangan atau teman dekat sering kali membawa perasaan kesedihan yang mendalam dan bisa membuat lansia merasa terputus dari aspek

spiritual dalam hidup mereka (Fernanda, 2020).

d) Tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti di dapatkan bahwa sebagian besar lansia di posyandu lansia wilayah kerja puskesmas Cikakak kecamatan Banjarharjo kabupaten Brebes didapatkan hasil dari 79 responden, 65,8% responden mengalami tingkat kesepian sedang sedangkan 34,2% responden lainnya mengalami tingkat kesepian rendah. Lansia yang tergolong kesepian sedang mempunyai beberapa faktor yang mempengaruhi diantaranya adalah faktor sosial, faktor anggota keluarga, kehilangan pasangan hidup, kualitas kesehatan yang rendah.

Masalah psikologis yang dialami lanjut usia seperti kesepian, terlihat dari penurunan aktivitas dalam mengasuh anak, berkurangnya teman atau hubungan sosial karena kurangnya kegiatan di luar rumah. Faktor penyebab kesepian lainnya meliputi kematian pasangan hidup, anak-anak meninggalkan rumah untuk menempuh pendidikan di luar kota atau mencari pekerjaan, serta anak-anak yang sudah dewasa dan membentuk keluarga sendiri (Fitriana *et al.*, 2021).

Interaksi sosial adalah salah satu penyebab utama kesepian pada lansia. Banyak lansia mengalami penurunan dalam kualitas dan kuantitas hubungan sosial mereka, baik dengan keluarga maupun teman. Ketika anak-anak atau anggota keluarga lainnya sibuk dengan kehidupan

mereka, perhatian dan interaksi yang seharusnya diberikan kepada lansia menjadi berkurang, sehingga menyebabkan perasaan terasing dan tidak berharga dan juga aktor psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stres juga berkontribusi pada kesepian. Lansia yang mengalami masalah mental cenderung menarik diri dari interaksi sosial, yang semakin memperburuk perasaan kesepian mereka. Selain itu, perbedaan dalam cara pria dan wanita mengekspresikan kesepian juga dapat mempengaruhi tingkat kesepian mereka (Eva *et al.*, 2021).

Secara umum, terdapat tiga faktor penyebab kesepian. Pertama : faktor psikologis, kedua : faktor kebudayaan, dan ketiga : faktor situasional, yang melibatkan perubahan dalam gaya hidup dan budaya dimana banyak keluarga yang sebelumnya merawat lansia di rumah sekarang lebih cenderung menitipkan mereka ke panti jompo karena kesibukan dan kurangnya kemampuan dalam merawat lansia. Selain itu, faktor spiritual juga berperan dimana agama seseorang dapat mengurangi kecemasan dan rasa kekosongan spiritual yang sering kali berujung pada kesepian (Hidayatulloh, 2018).

e) Hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil didapatkan bahwa hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan

Banjarharjo Kabupaten Brebes tidak berhubungan dengan hasil p ($0,116 > 0,05$).

Pada umumnya lansia membutuhkan seseorang untuk mengerti dengan kondisi yang dialami, keluarga dapat menjadi pendengar yang baik untuk mendengarkannya bercerita serta memenuhi kebutuhannya. Dukungan dari keluarga menjadi unsur penting untuk meningkatkan rasa percaya diri dan memotivasi lansia. Keluarga dapat melibatkan lansia untuk membuat keputusan serta memecahkan masalah bersama, memberikan kebebasan dalam perubahan fisik dan mental, memberikan ruang dan waktu dari setiap anggota keluarga (Panjaitan & Agustina, 2020).

Hasil dari penelitian tidak sejalan dengan penelitian Munandar *et al.* (2019), dimana hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia ditinggal pasangan. Ternyata lansia yang masih tinggal dengan anak-anak atau keluarganya juga sering mengalami kesepian, kesepian bisa juga terjadi pada lansia dikarenakan pola keluarga yang semakin mengarah pada keluarga inti, dimana anak-anak begitu sibuk dengan masalahnya sendiri dan mengakibatkan anak-anak secara tidak langsung kurang memperdulikan keberadaannya serta jalinan komunikasi antara orang tua dengan anak juga semakin berkurang. Kemudian inilah yang membuat lansia merasa tersisih tidak lagi dibutuhkan perannya sebagai anggota keluarga dan kemudian memicu hadirnya perasaan kesepian walaupun masih berada dilingkungan keluarga.

Hasil dari penelitian tidak sejalan dengan penelitian Hidayatulloh (2018), lansia yang tidak mendapat dukungan tinggi dari keluarga dapat mengalami kesepian. Perasaan kesepian tersebut semakin bertambah ketika fisik mereka menurun, karena lansia tersebut tidak bisa terlalu beraktifitas untuk mengurangi atau menghilangkan perasaan kesepian yang dialami. Lansia yang mengalami kesepian harus mendapatkan perhatian dari masyarakat sekitar dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan salah satu hal yang terdapat pada faktor kebudayaan dan situasional. Keluarga yang menjadi basis perawatan bagi lansia kini banyak yang lebih menitipkan lansia ke panti dengan alasan kesibukan dan ketidakmampuan dalam merawat lansia.

f) Hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil didapatkan bahwa hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Cikakak Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes berhubungan dengan hasil p value ($0,007 < 0,05$).

Spiritualitas dapat diartikan sebagai sesuatu yang multidimensi, yaitu dimensi eksistensial dan dimensi agama. Dimensi eksistensial berfokus pada tujuan dan arti kehidupan dan dimensi agama lebih berfokus pada hubungan seseorang dengan Tuhan Yang Maha Penguasa. Spiritualitas pada lansia rentan untuk mengalami perubahan

dikarenakan beberapa penyebab yang terjadi akibat penurunan fungsi tubuh dalam diri lansia. Penyebab yang dapat mengakibatkan lansia mengalami perubahan perilaku spiritual yaitu menurunnya kesehatan lansia dan kurangnya dukungan pada lansia. Menurunnya kesehatan lansia dapat menyebabkan lansia tidak dapat beraktifitas baik seperti sebelumnya dan membuat lansia mengalami pembatasan dalam pergerakan maupun berpindah tempat. Hal ini dapat mempengaruhi perilaku spiritual lansia yang sebelumnya dapat melakukan kegiatan ibadah kemudian menjadi terhalangi. Sedangkan kurangnya dukungan pada lansia yang berasal dari keluarga maupun lingkungan sekitarnya dapat menyebabkan lansia mengalami kesepian (Fitriana *et al.*, 2021).

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Bini *et al.*, (2020), dimana hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan antara spiritualitas dengan kesepian. Lanjut usia merupakan kondisi dimana seseorang mengalami banyak perubahan diantaranya adalah perubahan psikologis. Kesepian merupakan salah satu gangguan psikologis pada lansia yang dapat diatasi dengan spiritualitas. Spiritualitas menjadi salah satu strategi koping dalam mengatasi kesepian pada lansia. Spiritualitas menjadi sumber kekuatan lansia dalam menghadapi masalah dan meningkatkan kualitas hidup, sehingga dapat mengurangi kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa pentingnya meningkatkan spiritualitas untuk mengurangi tingkat kesepian pada lansia yang tinggal di Panti Werdha.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan artikel Widyawati (2019), dimana hasil artikel tersebut menyatakan bahwa ada hubungan antara spiritualitas dengan kesepian lanjut usia yang mengalami kesepian seringkali merasa jenuh, bosan, merasa tidak berharga, tidak diperhatikan dan tidak dicintai. Spiritualitas sebagai energi untuk mengenal dirinya lebih dalam dan merasa terhubung dengan Tuhan sehingga memunculkan perasaan damai dan bahagia.

Peneliti berpendapat bahwa lanjut usia bisa meningkatkan kebutuhan spiritualitas yang belum terpenuhi dengan kegiatan rutin seperti pengajian atau dengan berkumpul bersama anggota keluarga atau teman sebaya untuk saling berinteraksi dan bertukar pikiran dengan masyarakat sekitar agar tidak merasakan kesepian. Faktor spiritual bukan penyebab terjadinya kesepian akan tetapi, justru faktor spiritual merupakan terapi untuk menghilangkan rasa kesepian.

KESIMPULAN

Karakteristik responden yang terbanyak yaitu berusia 65-69 tahun terdapat (57 responden), jenis kelamin yang terbanyak yaitu jenis kelamin perempuan terdapat (46 responden), pendidikan yang terbanyak yaitu SD terdapat (45 responden), status pernikahan yang terbanyak yaitu berstatus janda terdapat (38 responden), dan pekerjaan yang terbanyak yaitu yang tidak bekerja terdapat (73 responden), Tingkat dukungan keluarga dari 79 responden, terdapat 53 responden yang tidak mendapat dukungan dan 26 responden yang mendapat dukungan keluarga, Tingkat spiritualitas dari

79 responden, terdapat 51 yang mendapatkan spiritualitas rendah dan 28 yang mendapatkan tingkat spiritualitas sedang, Tingkat kesepian dari 79 responden, 52 yang mendapatkan tingkat kesepian sedang dan 27 yang mendapatkan tingkat kesepian rendah, Tidak terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian, Terdapat hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian.

Saran untuk Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut mengenai tingkat stres/kecemasan terhadap lansia yang tidak mendapat dukungan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Bini'matillah, U. (2018). Digital Repository Repository Universitas Jember Digital Repository Repository Universitas Jember. *Digital Repository Universitas Jember*, 1(2), 34.
- Bini, M., Sumaningrum, & A'la. (2020). Hubungan Spiritualitas Dengan Kesepian Pada Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha (Pstw). *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(3), 438-445.
- Febriana, Y., Andarmoyo, S., & Susanti, S. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Lansia. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call For Paper*, 1(1), 156-161.
- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97-104.
- Hidayatulloh. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan

- Tingkat Kesepian Pada Lansia Di Dusun Bulu Jogotirto Berbah Sleman. *Jurnal Keperawatan*, 3(1).
- Himawan, R., Sari, I., Hartinah, D., & Jauhar, M. (2023). Tingkat Spiritualitas Dan Risiko Kesepian Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(2), 507-517.
- Irman. (2019). Perilaku Lanjut Usia Yang Mengalami Kesepian Dan Implikasinya Pada Konseling Islam. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5(2), 67. <https://doi.org/10.31602/jbk.r.v5i2.2405>
- Islamiati, D. N. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Ehari-Hari Di Desa Ngiliran Wilayah Kerja Puskesmas Panekan Kabaputen Magetan*. Skripsi.Stik Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Luthfa, I. (2019). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Lansia Yang Tinggal Di Rumah Pelayanan Sosial. *Wacana Kesehatan*, 3(1).
- Mariyatul, Q., Sajidin, M., & Wicaksono, A. (2020). Hubungan Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 18. <https://www.ejournal.akperkyjogja.ac.id/index.php/yky/article/download/21/12>
- Munandar, Endang, & Ningsing. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia Yang Ditinggal Pasangan Di Desa Mensere. *Nursing News*, 2(1).
- Nada, K. (2023). Pengaruh Dukungan Keluarga Dan Religiusitas Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja Di Ma Manaratul Islam Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 88-100.
- Nancye, P. M., & Tjahjono, H. D. (2017). Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia Di Panti Werda Usia Anugrah Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 20.
- Natalia, R., & Rustina, Y. (2020). Pengaruh Dukungan Keluarga Dan Teman Sebaya Terhadap Ibu Menyusui Neonatus Di Rumah Sakit: Telaah Literatur. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1), 93-103. <https://doi.org/10.17509/jpk.i.v6i1.23179>
- Ningsih, R. W., & Setyowati, S. (2020). *Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta*.
- Panjaitan, & Agustina, M. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Klabat Journal Of Nursing*, 2(2), 35-43. <https://doi.org/10.36763/Healthcare.v10i1.99>
- Panjaitan, G. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Pintubatu Kecamatan Silaen Tahun 2022. *Repository.Stikessantaelisabethmedan*, 1(1), 1-112.
- Rifiyanto, M. A. (2019). Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Stres Pada Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kasongan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Unsyiah*, 6(4), 1-5.
- Rudiyanto, Asmayanti, E., Balqis, R., & Sari, Y. (2022). Spiritualitas Dan Kecemasan Pada Lansia Yang Tidak Mempunyai Pasangan Hidup. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(2), 76-84.

- Rusydiyah, E. F. (2016). Pendidikan Islam Dan Kesetaraan Gender (Konsepsi Sosial Tentang Keadilan Berpendidikan Dalam Keluarga) Evi Fatimatur Rusydiyah (Uin Sunan Ampel Surabaya). *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(1), 21-43.
- Stocks, N. (2016). *Spiritualitas, Depresi Dan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Di Rumah Sakit Umum Daerah Di Ntb*. 1-23.
- Widyawati, S. (2019). Hubungan Spiritualitas Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Desa Gebugan Kecamatan Bergas. *Skripsi*, 1-154.
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, H. I. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kemandirian Lansia Dalam Memenuhi Kebutuhan Sehari Hari. *Hospital Majapahit*, 13(1), 61-70.
- Zahara, C. I., & Anastasya, Y. A. (2021). Dukungan Keluarga Pada Lansia Program Keluarga Harapan. *Jurnal Psikologi Terapan (Jpt)*, 3(1), 16. <https://doi.org/10.29103/Jpt.V3i1.3638>