

Family Support and Loneliness Levels among Elderly People at Posyandu

Dukungan Keluarga dan Tingkat Kesepian Pada Lansia di Posyandu

Estifania Anggrening Gulo¹, Sondang Ratnauli Sianturi^{2*}

^{1,2}Prodi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus

*Corresponding Author: sondangrsianturi@gmail.com

Received: 18-12-2025; Revised: 20-12-2025, Accepted: 21-12-2025

ABSTRAK

Kondisi lansia yang mengalami penurunan atau kerusakan pada fungsi biologis dan psikologis dapat mempengaruhi mobilitas dan interaksi sosial, salah satunya adalah kesepian. Lansia membutuhkan keluarga yang memahami kondisi mereka, menjadi pendengar yang baik untuk memenuhi kebutuhan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia. Penelitian ini dilakukan di Posyandu RW02, Desa Johar Baru, Jakarta, pada bulan September 2024 hingga Februari 2025. Penelitian ini menggunakan desain crosssectional dengan metode kuantitatif dengan sampel 72 lansia. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dukungan keluarga yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan nilai Cronbach alpha 0.881 berarti ‘acceptable reliability’ dan kuesioner UCLA *Loneliness Scale version 3*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki dukungan emosional yang tinggi (94,4%), dukungan penghargaan yang tinggi (79,2%), dukungan instrumental yang tinggi (94,4%), dukungan informasi yang tinggi (93,1%), dan dukungan keluarga secara keseluruhan yang tinggi (94,4%) serta tingkat kesepian pada lansia cukup tinggi yaitu 52,8%. Terdapat hubungan antara dukungan emosional (pvalue 0.040), dukungan penghargaan (pvalue 0.001), dukungan instrumental (pvalue 0.040), dan dukungan keluarga (pvalue 0.040) dengan kesepian, tetapi tidak terdapat hubungan antara dukungan informasi dan kesepian (pvalue 0.109). Untuk itu penguatan peran keluarga, khususnya dalam memberikan dukungan emosional, penghargaan dan bantuan nyata perlu menjadi fokus dalam menurunkan tingkat kesepian pada lansia.

Kata Kunci: Dukungan keluarga; Lansia; Kesepian; Keluarga

ABSTRACT

*Elderly conditions that experience various declines or deterioration of biological and psychological functions can affect mobility and social contact, one of which is loneliness. The elderly need a family to understand their condition, to be a good listener to meet their needs. This study aims to determine the relationship between family support and the level of loneliness in the elderly. This study was conducted at the Rw 2 Posyandu, Johar Baru Village, Jakarta, September 2024 - February 2025. The study used a cross-sectional design with a quantitative method with a sample of 72 elderly people. The data collection tool used a family support questionnaire that had been tested for validity and reliability with a Cronbach alpha value of 0.881, meaning ‘acceptable reliability’, and the UCLA *Loneliness Scale version 3* questionnaire. The results showed that the majority of elderly people had high emotional support 94.4%, high esteem support 79.2%, high instrumental support 94.4%, high information support 93.1%, and high overall family support 94.4%. The level of loneliness for the elderly is high at 52.8%. There is a relationship between emotional support (p-value 0.040), appreciation support (p-value 0.001), instrumental support (p-value), and family support (p-value 0.040) and loneliness, but there is no relationship between information support and loneliness (p-value 0.109). Suggestions for elderly respondents are expected to maintain good relations with their families and continue to inform their families regarding the needs they need.*

Keywords: Family Support; Elderly; Loneliness; Family



This is an open access article under the CC BY-SA license.

1. PENDAHULUAN

Masa lanjut usia merupakan suatu proses alami dimana seseorang sudah melewati tiga tahap sebelumnya, yaitu masa kanak-kanak, remaja maupun masa dewasa (Ilvy, 2023). Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas (Permenkes, 2015). Lanjut usia atau lansia merupakan tahapan perkembangan akhir yang dialami oleh semua manusia. Pada tahapan ini, terjadi banyak penurunan dalam berbagai aspek perkembangan, termasuk fisik, sosial, dan psikologis. Penurunan fisik pada lansia

ditandai dengan berkurangnya fungsi fisik, seperti penglihatan yang kabur, pendengaran yang menurun, dan perubahan lainnya yang terjadi pada tubuh. Penurunan sosial pada lansia ditunjukkan oleh perasaan bahwa mereka tidak lagi berguna dalam kehidupan sosial dan merasa bahwa tidak ada yang peduli dengan mereka. Selain itu, penurunan juga terjadi pada aspek psikologis lansia, seperti perasaan kesepian (Suhendri, 2023). Kondisi lanjut usia yang mengalami berbagai penurunan atau kemunduran baik fungsi biologis maupun psikis dapat mempengaruhi mobilitas dan juga kontak sosial, salah satunya adalah rasa kesepian (*loneliness*) (Dyah, 2020).

Data World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2020, 1 miliar orang di dunia berusia 60 tahun ke atas. Angka itu akan meningkat menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030, mewakili satu dari enam orang secara global. Pada tahun 2050, jumlah orang berusia 60 tahun ke atas akan meningkat dua kali lipat hingga mencapai 2,1 miliar. Jumlah orang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 untuk mencapai 426 juta (World Health Organization, 2023). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), persentase penduduk lansia di Indonesia mencapai 11,75% pada 2023. Angka tersebut tercatat naik 1,27% dibandingkan dengan data penduduk lansia tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. Dari data tersebut, rasio ketergantungan lansia bertambah menjadi 17,08 poin pada 2023. Yang artinya 100 penduduk usia produktif di Indonesia menanggung 17 penduduk lansia, di mana 63,59% lansia berada di rentang usia 60-69 tahun, 26,76% lansia di usia 70-79 tahun, dan 8,65% lansia di usia 80 tahun ke atas (Statistik, 2024).

Berdasarkan Survei Nasional, 7,68–9,88% lansia di Swedia (berusia \geq 70 tahun) memiliki perasaan kesepian, dan 11,6% dari 2052 lansia yang tinggal di rumah (berusia \geq 65 tahun) sering merasa kesepian di Norwegia. Selain di negara-negara Eropa, penelitian di AS juga menemukan bahwa prevalensi kesepian pada populasi lansia adalah 26,2% pada imigran Tiongkok, 43% pada orang berusia \geq 60 tahun dalam studi yang representatif secara nasional, dan 44% pada veteran lanjut usia. Demikian pula, prevalensi kesepian pada lansia juga tinggi, yaitu 38,7% (tingkat kesepian sedang) dan 16,9% (tingkat kesepian parah), pada lansia yang tinggal di komunitas di Nepal (Susanty, 2022). Prevalensi kesepian pada lansia di Indonesia, dengan rata-rata usia 75 tahun, adalah sekitar 15 persen (Khan, 2023). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan (Kemenkes) pada tahun 2013 (Fitriana, 2021) persentase lansia di Indonesia sendiri yang mengalami kesepian ringan sebanyak 69%, kesepian sedang 11%, kesepian berat 2%, dan sisanya sebanyak 16% tidak mengalami kesepian. Prevalensi lansia yang kesepian di daerah Jabodetabek yaitu kesepian rendah 17% (n=100), lansia dengan kesepian sedang 68% (n=100), lansia dengan kesepian tinggi 15% (n=100) (Kuanca & Helsa, 2024). Data prevalensi diatas dapat disimpulkan bahwa lansia adalah kelompok umur yang rentan mengalami kesepian (*loneliness*).

Loneliness (Kesepian) adalah perasaan tersisihkan, dipisahkan dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain, tersisih dari kelompoknya, merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya, terisolasi dari lingkungan, serta tidak ada seseorang tempat berbagi rasa dan pengalaman (Eva, 2021). Kesepian adalah pengalaman subjektif yang dirasakan oleh lansia. Pengalaman kesepian dapat menyebabkan lansia merasa sulit, sedih, dan mengalami distress, meskipun hal tersebut merupakan pengalaman hidup yang unik bagi setiap individu lansia. Terdapat beberapa faktor penyebab yang mempengaruhi terjadinya kesepian pada lansia, seperti perubahan dalam pernikahan, perceraian, isu-isu sosial dalam masyarakat, perasaan kekosongan, kesedihan, dan pengalaman traumatic (Najwa, 2024). Rasa kesepian adalah pengalaman emosional yang timbul ketika seseorang merasa terisolasi atau tidak memiliki hubungan sosial yang memadai lansia cenderung memiliki resiko yang lebih tinggi untuk merasakan kesepian karena berbagai faktor, seperti kehilangan pasangan hidup, penurunan mobilitas, ketidak berdayaan, perasaan yang tidak berguna kurang percaya diri, ketergantungan dan kurangnya interaksi sosial yang memadai (Diana, 2023). Kondisi ini menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan, dan keterlantaran (Dyah, 2020). Dampak dari faktor ini menyebabkan perasaan subjektif dari ketidaknyamanan, kesedihan, kekosongan, kesusahan, penderitaan, isolasi, kurangnya makna, tidak memiliki, atau kurangnya persahabatan (Susanty, 2022). Perasaan kesepian dapat menyebabkan hilangnya kepercayaan diri dan mempengaruhi perilaku, mungkin menyebabkan orang menarik diri dari kontak dengan orang lain (Stebbins, 2020). Pada umumnya lansia membutuhkan seseorang untuk mengerti dengan kondisi yang dialami, keluarga dapat menjadi pendengar yang baik untuk mendengarkannya bercerita serta memenuhi kebutuhannya (Panjaitan, 2020).

Keluarga merupakan orang terdekat dan menjadi *support system* bagi lansia dalam menjaga kesehatannya. Keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam memberikan dukungan dalam kehidupan lansia khususnya dalam pemenuhan kehidupan sehari-hari karena lansia mengalami perubahan biologis, fisik, psikologis dan sosial yang memberikan pengaruh pada aspek kehidupan termasuk kesehatannya. Masalah kesehatan pada lansia memerlukan perhatian khusus agar dapat hidup sesuai dengan kemampuannya semaksimal mungkin (Magdalena, 2022). Kurangnya dukungan keluarga saat lansia sakit juga akan meningkatkan kesepian pada lansia tersebut dan sebaliknya kesepian juga akan memperparah kondisi kesehatan lansia (Hanifah, 2021). Dukungan keluarga dianggap penting bagi kebahagiaan hidup para lanjut

usia, sehingga di rasakan bahwa keberadaannya masih berarti bagi keluarga dan orang lain di sekitarnya (Muchsin, 2023). Dukungan keluarga yang dibutuhkan oleh lansia seperti dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan penilaian (Riski, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti, menurut Hanifah (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami kesepian 62,5%, mengalami kesepian 37,5%, dukungan keluarga baik 59,4% dan dukungan keluarga tidak baik 40,6%. Uji analisis menggunakan Chi-Square, diperoleh nilai p -value = 0,003 < 0,05 berarti signifikan maka Ho ditolak dan Ha diterima, menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kesepian pada lansia dengan dengan kategori hubungan sedang. Menurut penelitian (Hidayatullah, 2018) menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia dengan kategori dukungan keluarga tinggi (50%) sedangkan Tingkat kesepian rendah (43,3). Analisa data menggunakan korelasi *Kendall tau*, didapatkan nilai p 0,01 ($p < 5\%$) dengan koefisien korelasi sebesar -0,831 menunjukkan keeratan hubungan sangat kuat. Jadi, terdapat hubungan yang signifikan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia di Dusun Bulu Jogotirto Berbah Sleman Yogyakarta.

Berdasarkan hasil wawancara yang lakukan peneliti kepada 5 orang lansia di posyandu Rw 02 Kelurahan Johar Baru pada tanggal 21 Agustus 2024. Dari total 5 orang lansia, 3 diantaranya mengaku mengalami kesepian (*loneliness*) yang disebabkan karena kehilangan orang yang dicintai, anak yang sudah menikah dengan suami mereka sehingga ditinggal sendiri dirumah, anak-anak yang bekerja dan tinggal diluar kota serta ditambah lingkungan sekitar yang hubungannya kurang baik satu sama lain, sehingga mereka merasa terisolasi dan kurang mendapatkan perhatian emosional yang mereka butuhkan, yang mengakibatkan mereka kehilangan rasa keterhubungan dan dukungan yang esensial untuk kesejahteraan mental mereka.

Selain hal diatas, penelitian ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara bentuk dukungan yang diberikan keluarga dengan kebutuhan psikososial lansia yang sesungguhnya. Hal ini tampak dari rendahnya dukungan keluarga, tingginya fenomena kesepian pada lansia, dan dukungan yang bersifat kognitif-informasional tidak cukup untuk mengatasi kesepian. Kebaharuan lainnya dari penelitian ini yaitu konteks local berbasis komunitas yang masih relative terbatas untuk dieksplorasi dalam kajian kesepian pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Tingkat Kesepian (*Loneliness*) Lansia Di Posyandu Rw 02 Kelurahan Johar Baru.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dimana menggunakan desain penelitian cross sectional yang menganalisis tentang hubungan antara dukungan keluarga dan kesepian (*loneliness*) lansia Di Johar Baru. Populasi penelitian ini adalah 200 orang lansia yang berusia >60 tahun dan lansia yang tinggal di dalam keluarga dan lansia yang tinggal sendirian dan dengan menggunakan teknik purposive sampling maka didapatkan sampel penelitian sebanyak 72 responden. Responden ini dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu lansia yang berusia lebih dari 60 tahun, tinggal di wilayah penelitian dan bersedia mengisi kuesioner.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu Kuesioner dukungan keluarga diadopsi dari penelitian (Destia, 2018) terdiri dari 40 pertanyaan yang terdiri dari 10 pertanyaan dukungan emosional, 10 pertanyaan dukungan informasi, 10 pertanyaan dukungan penilaian dan 10 pertanyaan dukungan instrumental. Kuesioner dukungan keluarga ini menggunakan skala likert. Hasil uji reabilitas kuesioner dukungan keluarga yaitu α Cronbach berkisaran 0,881 dan nilai r tabel 0,334. Untuk kuesioner kesepian menggunakan kuesioner *UCLA Loneliness Scale Version 3* diadopsi dari penelitian (Herma, 2024), kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan dan menggunakan skala likert. Analisis data pada penelitian ini yaitu analisis univariat pada setiap variabelnya dan analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi *kendall's tau c*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Institusi STIK Sint Carolus, No.Etik 155/KEPPKSTIKSC/X/2024.

3. HASIL

3.1 Distribusi dan Frekuensi karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden (N= 72)

Variabel	N	%
Usia		
60-69 tahun Lansia Muda	60	83.3
70-79 tahun Lansia Madya	11	15.3
80> tahun Lansia Tua	1	1.4
Jenis kelamin		
Laki-laki	12	16.7
Perempuan	60	83.3
Tingkat Pendidikan		
Dasar (Tidak sekolah – tidak tamat SMP/ sederajat	55	76.4
Lanjutkan (tamat SLTA/sederajat – sarjana)	17	23.6
Pekerjaan		
Bekerja	18	25.0
Tidak Bekerja	54	75.0
Status Perkawinan		
Menikah	53	73.6
Tidak Menikah	4	5.6
Janda/Duda	15	20.8

Berdasarkan tabel 1 diketahui persentase terbesar lansia di Posyandu di Rw 02 Kelurahan Johar Baru berusia pada rentang usia 60-69 tahun (83.3%). Menurut WHO, lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas (Statistik, 2022). Presentase terbesar lansia pada jenis kelamin adalah perempuan (83.3%). Menurut (Ratnawati, 2018b) lansia didominasi oleh perempuan, hal ini menunjukkan bahwa harapan hidup yang paling tertinggi adalah perempuan. Berdasarkan variabel pendidikan yang dimiliki oleh lanisa didapatkan data bahwa persentase terbesar lansia adalah Pendidikan dasar (Tidak sekolah tamat SMP/ sederajat) (76.4%). Berdasarkan variabel pekerjaan yang dimiliki oleh lanisa didapatkan data bahwa persentase terbesar lansia adalah tidak bekerja (75.0%). Berdasarkan variabel status perkawinan yang dimiliki oleh lanisa didapatkan data bahwa persentase terbesar lansia adalah menikah (73,6%).

3.2 Komponen Dukungan Keluarga

Tabel 2 distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori komponen dukungan (N = 72)

Dukungan	N	%
Dukungan Emosional		
Rendah	4	5.6
Tinggi	68	94.4
Dukungan Penghargaan		
Rendah	15	20.8
Tinggi	57	79.2
Dukungan Instrumental		
Rendah	4	5.6
Tinggi	68	94.4
Dukungan Informasi		
Rendah	5	6.9
Tinggi	67	93.1

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas lansia memimiliki dukungan emosional yang tinggi dengan presentase (94.4%), memiliki dukungan penghargaan yang tinggi dengan presentase (79.2%), memiliki dukungan instrumental yang tinggi dengan presentase (94.4%), dan lansia memiliki dukungan informasi yang tinggi dengan presentase (93.1%).

3.3 Dukungan Keluarga

Tabel 3 distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori dukungan secara keseluruhan

Dukungan Keluarga secara keseluruhan	N	%
Rendah	4	5.6
Tinggi	68	94.4
Total	72	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas lansia memiliki dukungan keluarga yang tinggi dengan persentase (94.4%).

3.4 Kesepian (*Loneliness*)

Tabel 4 distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kesepian

Kesepian (<i>Loneliness</i>)	N	%
Rendah	6	8.3
Sedang	28	38.9
Tinggi	38	52.8
Total	72	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa Sebagian besar lansia memiliki tingkat kesepian (*loneliness*) yang tinggi yaitu (52.8%).

3.5 Analisis hubungan dukungan dengan kesepian (*Loneliness*) lansia

Tabel 5. Analisis Hubungan Antar Variable (N = 72)

Variabel	Kesepian (<i>loneliness</i>)						Total	P value	
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Dukungan Emosional									
Rendah	2	50.0	2	50.0	0	0.0	4	100.0	0.040
Tinggi	4	5.9	26	38.2	38	55.9	68	100.0	
Dukungan Penghargaan									0.001
Rendah	4	26.7	9	60.0	2	13.3	15	100.0	
Tinggi	2	3.5	19	33.3	36	63.2	57	100.0	
Dukungan Instrumental									0.040
Rendah	2	50.0	2	50.0	0	0.0	4	100.0	
Tinggi	4	5.9	26	38.2	38	55.9	68	100.0	
Dukungan Informasi									0.109
Rendah	2	40.0	2	40.0	1	20.0	5	100.0	
Tinggi	4	6.0	26	38.8	37	55.2	67	100.0	
Dukungan Keluarga									0.040
Rendah	2	50.0	2	50.0	0	0.0	4	100.0	
Tinggi	4	5.9	26	38.2	38	55.9	68	100.0	

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *kendall's tau c* didapatkan terdapat hubungan dukungan emosional dengan pvalue 0.040, dukungan penghargaan dengan pvalue 0.001, dukungan instrumental dengan pvalue 0.040 dengan tingkat kesepian pada lansia. Sedangkan tidak ada hubungan antara dukungan informasi dengan tingkat kesepian pada lansia dengan nilai *p value* 0.109. Dilihat berdasarkan distribusi dukungan keluarga secara keseluruhan didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan dengan pvalue 0.040 dengan tingkat kesepian pada lansia di posyandu rw 02 kelurahan Johar Baru.

4. DISKUSI

4.1 Komponen Dukungan Keluarga

4.1.1 Dukungan Emosional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kesepian pada lansia dengan nilai pvalue 0.040. Berdasarkan data sebagian besar lansia yang memiliki dukungan emosional tinggi tetap mengalami kesepian yang tinggi pula. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Krisnawardani (2019) terkait dukungan emosional terhadap kesepian pada lansia diperoleh hasil pvalue 0.000. Keluarga menjadi tempat yang aman dan nyaman untuk istirahat dan pemulihan. Dukungan emosional dari keluarga seperti kasih sayang dan perhatian tidak sesuai dengan kebutuhan lansia, meskipun keluarga berusaha memberikan dukungan emosional bisa jadi cara mereka tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lansia seperti seseorang yang benar-benar mendengarkan tanpa menghakimi. Dukungan ini pula dapat berupa ungkapan rasa empati, perhatian dan kepedulian terhadap individu sehingga individu merasa dicintai dan diperhatikan dalam hidupnya (Adawia, 2020).

Dukungan emosional berfungsi sebagai tempat membantu penguasaan emosional serta meningkatkan moral keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Latipah (2022) menunjukkan bahwa dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga dalam kategori tinggi sebanyak (83,8%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sangian (2019) dukungan emosional menunjukkan sebanyak (55%) responden mendapatkan dukungan emosional dari keluarga. Dalam penelitiannya menjelaskan bahwa mayoritas responden menunjukkan dukungan emosional keluarga yang baik dimana keluarga secara nyata melibatkan lansia dalam acara keluarga, mendengarkan pendapat mereka, mengikutsertakan mereka dalam pengambilan keputusan, dan menghargai persepsi atau pandangan yang mereka berikan.

Hal ini dikuatkan oleh pernyataan responden pada kuesioner dimana lansia menjawab setuju terkait dengan “saya didengarkan ketika bercerita (70.8%)” dan “semua keluhan saya didengar oleh anak” (69.4%). Asumsi peneliti dalam hal ini menunjukkan bahwa keluarga memberikan dukungan emosional yang baik dengan memberikan semangat kepada lansia, menunjukkan kasih sayang, kepedulian, keluarga juga mendukung lansia serta secara emosional keluarga memperhatikan kehidupan lansia setiap harinya.

4.1.2 Dukungan Penghargaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan penghargaan memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kesepian pada lansia dengan nilai pvalue 0.001. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syaharuddin (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan penghargaan yang tinggi, lansia memiliki tingkat kesepian yang tinggi dengan hasil pvalue 0.020. Lansia mendapatkan dukungan penghargaan dari interaksi dengan orang lain seperti mendapatkan pujian atau pengakuan dari apa yang telah dilakukan oleh lansia, tetapi jika penghargaan tersebut tidak tulus mereka tetap merasa kesepian. Dukungan penghargaan keluarga ini membimbing dan membantu dalam pemecahan masalah serta bertindak sebagai sumber dan penilaian identitas anggota keluarga, dengan memberikan support, penghargaan, dan perhatian serta sebagai sistem pendukung bagi individu yakni dengan memberikan dukungan positif yang ada dalam individu tersebut. Dukungan berperan sebagai panduan umpan balik, memberikan arahan dan memengaruhi cara mengatasi masalah dengan menjadi sumber dan penegas identitas anggota keluarga (Adawia & Hasmira, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Rekawati (2020) menunjukkan bahwa dukungan penghargaan yang diberikan oleh keluarga dalam kategori tinggi sebanyak (68,3%). Penelitian lain yang sejalan dilakukan Harianto (2021) tentang dukungan keluarga maka sebanyak (60,6%) responden mendapat dukungan penghargaan tinggi. dukungan penilaian berupa komunikasi tentang informasi yang relevan untuk evaluasi diri, dapat berbentuk bimbingan dan bantuan untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh lansia. Sedangkan lansia yang memiliki dukungan penghargaan yang rendah tidak terlalu membutuhkan validasi dari orang lain untuk merasa dihargai. Dukungan penghargaan ini mencerminkan sejauh mana lansia merasa diakui, dihormati dan dianggap bermakna dalam keluarga. Oleh karena itu, dukungan penghargaan dapat berperan penting dalam menekan kesepian pada lansia.

4.1.3. Dukungan Instrumental

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan instrumental memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kesepian pada lansia dengan nilai pvalue 0.040. Namun, sebagian lansia dengan dukungan instrumental tinggi tetap mengalami kesepian. Hal ini mengindikasikan bahwa bantuan fisik belum tentu cukup untuk memenuhi kebutuhan emosional lansia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Herma rahayu, (2024) menjelaskan bahwa apabila interaksi dengan keluarga hanya bersifat fungsional dan kurang melibatkan kehangatan emosional, maka lansia masih merasakan kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Harianto (2021) sebanyak (72,5%) responden mendapatkan dukungan keluarga instrumental tinggi. dukungan instrumental yang diberikan oleh keluarga sebagai sebuah yang praktis dan konkret yang langsung dirasakan oleh lansia, diantaranya berupa biaya pengobatan lansia, kebutuhan makan dan minum.

Dukungan instrumental ini sebagai sumber pertolongan yang diberikan langsung oleh keluarga meliputi bantuan material dan fasilitas sehari-hari termasuk dalam hal kebutuhan finansial, makanan, minuman, dan istirahat. Dukungan ini berupa bantuan yang nyata dan berwujud materi dengan tujuan untuk meringankan beban bagi individu yang terlibat serta keluarga yang memberikannya, sehingga keluarga menjadi sumber bantuan yang praktis (Adawia & Hasmira, 2020). Beberapa study menjelaskan bahwa bantuan material tanpa kelebihan emosional dapat bersifat transaksional. Bantuan praktis dapat mengurangi beban fisik lansia dan kesepian ini merupakan pengalaman subjektif yang dialami oleh lansia dan berkaitan dengan kualitas hubungan.

Lugasi (2024) tidak sejalan dengan hasil penelitian yaitu bahwa lansia masih mandiri dan bisa melakukan aktifitas sehari-hari sehingga lansia tidak membutuhkan dukungan instrumental. Jika lansia masih bisa mengurus diri sendiri, lansia bisa tetap aktif dan memiliki hubungan social yang kuat sehingga tingkat kesepian tetap rendah. Oleh karena itu, lansia yang memiliki kegiatan di komunitas seperti mengikuti kegiatan social, berkumpul dengan teman sebaya dan memiliki hubungan social yang baik lebih berperan dalam mengurangi kesepian dibandingkan dengan bantuan instrumental.

4.1.4 Dukungan Informasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan informasi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kesepian pada lansia dengan nilai pvalue 0.109. Hasil ini pula sesuai dengan penelitian dari Syaharuddin (2023) terkait dukungan informasi terhadap kesepian lansia. O; Dukungan informasi ini berperan sebagai pemberi informasi, dimana keluarga menjelaskan tentang cara mengatasi masalah-masalah yang dihadapi, penjelasan ini mengenai situasi yang berhubungan dengan masalah yang dihadapi individu, dukungan ini diberikan dalam bentuk nasihat, saran dan diskusi. Keluarga berperan sebagai penerima dan penyalur informasi tentang dunia. Jika seseorang menghadapi masalah, keluarga dapat memberikan dukungan dengan memberikan petunjuk tentang cara menyelesaiannya. Keluarga juga memainkan peran dalam memberikan semangat dan mengawasi aktivitas sehari-hari untuk menyebarkan informasi (Adawia & Hasmira, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2020) menunjukkan bahwa mayoritas responden mendapatkan dukungan informasi tinggi sebanyak (90,1%). Pada penelitiannya dijelaskan bahwa dukungan informasi dari keluarga mencakup memberikan saran, arahan, dan pertimbangan mengenai tindakan yang harus diambil seseorang. Keluarga berperan sebagai pengumpul dan penyebar informasi tentang berbagai hal dalam kehidupan, termasuk memberikan saran, saran, dan informasi yang membantu mengungkapkan masalah tertentu. Oleh karena itu, temuan ini mencerminkan bahwa informasi saja tidak cukup untuk mengurangi kesepian pada lansia apabila tidak diiringi dukungan edektif.

4.2 Dukungan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kesepian pada lansia dengan pvalue 0.040. Penelitian yang dilakukan oleh Nganro (2024) menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara dukungan keluarga dan tingkat kesepian pada lansia. Pada penelitian ini disebutkan bahwa penyebab kesepian bukan dipengaruhi karena kurangnya dukungan keluarga semata namun dukungan social juga mempengaruhi kesepian. Dukungan keluarga adalah tingkah laku yang bertujuan untuk membantu seseorang dalam mencapai tujuannya dalam mengatasi masalah pada situasi tertentu, bahwa dirinya dicintai dan diperhatikan, dihargai dan dihormati sehingga merupakan bagian dari jaringan komunikasi, dan kewajiban timbal balik dari satuan kekerabatan yang terkait perkawinan atau darah (Bahriah, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh (Ayu, 2022) menunjukkan kategori dukungan keluarga tinggi 39 responden dengan persentase (84.8%) menunjukkan bahwa keluarga mendengar keluh kesah yang dialami lansia, mereka memberikan waktu untuk berkumpul bersama, memberikan perhatian, rasa cinta untuk kebahagiaan lansia, membantu lansia dalam aktivitas sehari-hari seperti makan, berpakaian dan mandi, mengantar lansia ketika berobat serta memberikan informasi tentang pola hidup sehat sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan lansia. Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu dalam menyelesaikan masalah, apabila ada dukungan maka rasa percaya diri akan bertambah.

Secara teori, Family Systems Theory memandang keluarga sebagai satu kesatuan yang saling mempengaruhi baik secara emosional maupun fungsional. Dukungan keluarga yang utuh menciptakan rasa keterikatan dan keamanan emosional bagi lansia. Oleh karena itu, dukungan keluarga multidimensi terbukti menurunkan kesepian dan meningkatkan kesejahteraan lansia.

4.3. Kesepian (*Loneliness*)

Kesepian pada lansia merupakan pengalaman subjektif yang muncul ketika terdapat ketidaksesuaian antara hubungan social. Kesepian (*loneliness*) adalah keadaan emosional subjektif dan negatif di mana seorang individu merasa tertekan tentang harapannya yang tidak terpenuhi untuk kualitas dan kebutuhan hubungan sosial (interpersonal) (Wang, 2023). Kesepian (*loneliness*) tersebut seperti merasa terasing dari sebuah kelompok, tidak dicintai oleh sekeliling, tidak mampu untuk berbagi kekhawatiran pribadi, berbeda, mengurangi interaksi sosial dan terpisah dari mereka yang ada sekitar Anda (Diana, 2023).

Pada masa lansia, perubahan biologis, psikologis dan social seperti penurunan fungsi fisik, pension, kehilangan pasangan dan berkurangnya peran social dapat membuat lansia semakin rentan mengalami kesepian. Kesepian tidak semata-mata ditentukan oleh kondisi tinggal sendiri atau tidak, melainkan oleh kualitas relasi yang dimiliki lansia dengan lingkungan terdekatnya yaitu keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hapsari, 2022) menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mengalami kesepian (*loneliness*) lansia dengan kategori tinggi (43,3%), Kesepian (*loneliness*) pada lansia dengan kategori tinggi itu diakibatkan karena kehilangan orang yang dicintai seperti pasangan hidup, jarak dengan keluarga seperti anak dan anggota keluarga lainnya sehingga lansia jarang bertemu, anak-anak yang bekerja diluar kota, lansia yang sudah tidak dapat bekerja karena faktor fisik menyebabkan kurangnya aktivitas, lansia yang tinggal sendirian kurang interaksi dengan orang lain sehingga waktu luang bertambah banyak dan menimbulkan rasa kesepian pada lansia.

Secara psikososial, kesepian merupakan faktor risiko serius yang dapat berdampak pada kesehatan mental dan fisik lansia. Dalam jangka Panjang, kesepian dapat mempercepat penurunan kualitas hidup lansia dan meningkatkan ketergantungan pada layanan kesehatan. Oleh karena itu, kesepian tidak dapat dipandang sebagai masalah emosional ringan, melainkan sebagai isu kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius.

4.4. Analisis hubungan dukungan keluarga dan tingkat kesepian lansia

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dukungan keluarga tinggi memiliki Tingkat kesepian (*loneliness*) tinggi (55.9%). Hasil uji statistik dengan menggunakan *kendall's tau c* didapatkan nilai *p value* $0.040 < 0.05$. Artinya Ha1 diterima dimana adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kesepian (*loneliness*) di posyandu rw 02 kelurahan Johar Baru. Penelitian yang dilakukan oleh (Nganro, 2024) menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara dukungan keluarga dengan kesepian pada lansia. Analisis korelasi menunjukkan bahwa nilai *p value* $0.003 < 0.05$. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa penyebab kesepian bukan dipengaruhi karena kurangnya dukungan keluarga semata namun dukungan sosial juga mempengaruhi kesepian. Hal ini sejalan dengan teori yang dikatakan oleh (Hanifah, 2021) kesepian merupakan hasil interaksi dengan individu lain yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sebelumnya. Sedangkan tingkat kesepian adalah suatu rentang tinggi atau rendahnya perasaan subjektif individu yang berupa perasaan perasaan negatif seperti terasing, tidak adanya kedekatan dengan orang lain.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nuraini, 2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kurangnya dukungan keluarga itu tidak hanya didapatkan didalam keluarga saja melainkan bisa didapatkan dari teman sebaya atau komunitas diluar rumah sehingga lansia tidak merasakan kesepian karena teralihkan dengan kegiatan dan aktivitas diluar rumah. Dukungan keluarga merupakan *unsur* terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Apabila ada dukungan, rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk menghadapi masalah akan meningkat. Keluarga masih merupakan tempat berlindung yang paling disukai para lansia.

Peneliti berasumsi bahwa adanya hubungan dukungan keluarga tinggi dengan tingkat kesepian (*loneliness*) tinggi pada lansia di Rw 2 terlihat jelas bahwa walaupun terdapat dukungan emosional, instrumental, penghargaan dan informasi kepada keluarga jika interaksi kurang maka kesepian masih dirasakan oleh lansia, mereka membutuhkan lebih dari sekedar kehadiran dari anak-anaknya, tetapi dilibatkan dalam mengambil keputusan, Lansia membutuhkan percakapan yang bermakna, rasa dihargai, didengarkan dan dipahami oleh keluarga. Dukungan ini tidak hanya mencakup dukungan instrumental seperti bantuan praktis untuk kebutuhan fisik dan material, tetapi juga dukungan emosional seperti pujian, empati, dan dorongan positif. selain itu dukungan informasi, seperti menjelaskan secara langsung kepada lansia terkait kesulitan atau hal yang kurang dipahami oleh lansia. Secara keseluruhan, dukungan keluarga yang baik tidak hanya mendukung kesejahteraan fisik lansia, tetapi juga meningkatkan semangat mereka dalam menjalani kehidupan setiap harinya.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang signifikan dalam memengaruhi tingkat kesepian pada lansia. Dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental terbukti memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat kesepian, sehingga dapat dikatakan bahwa semakin baik bentuk dukungan yang diberikan, maka semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan lansia. Untuk dukungan keluarga secara keseluruhan juga menunjukkan hasil adanya hubungan yang signifikan dengan kesepian. Hal ini menegaskan bahwa pentingnya keterlibatan keluarga dalam memenuhi kebutuhan psikososial lansia. Di sisi lain, dukungan informasi tidak memiliki hubungan dengan tingkat kesepian, yang artinya bahwa informasi semata tentu dapat mengurangi tingkat kesepian lansia, perlu adanya dukungan lainnya. Hasil penelitian ini dapat digunakan dalam memberikan informasi dan gambaran tentang dukungan keluarga dan tingkat kesepian pada lansia untuk mengikuti posyandu lansia serta dapat memberikan implikasi dalam penguatan peran keluarga dan intervensi layanan kesehatan primer. Bagi responden lansia diharapkan untuk mempertahankan relasi yang baik dengan keluarga serta menginformasikan kepada keluarga terkait kebutuhan yang diperlukan. Serta bagi Puskesmas Johar Baru diharapkan untuk mampu memberikan edukasi kepada keluarga untuk selalu memberikan dukungan keluarga kepada lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada STIK Sint Carolus, Posyandu RW 2, Puskesmas Kecamatan Johar Baru dan juga kepada responden yang telah bekerjasama selama pengambilan data berlangsung.

REFERENSI

- Adawia, R., & Hasmira, M. H. (2020). Dukungan Keluarga Bagi Orang Lanjut Usia di Kelurahan Parupuk Tabing Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. *Jurnal Perspektif*, 3(2), 316. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v3i2.260>
- Akhter-Khan, S. C., Chua, K. C., Al Kindhi, B., Mayston, R., & Prina, M. (2023). Unpaid productive activities and loneliness in later life: Results from the Indonesian Family Life Survey (2000–2014). *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 105(October 2022), 104851. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104851>
- Ayu, R. S., & Hamid, A. (2022). The Comparison Of Loneliness And Family Support In The Elderly In Pstw With Elderly In Environment. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2, 114–128.
- Diana, M. A. P. (2023). Jurnal Psikologi, Filsafat dan Saintek. Afeksi, *Jurnal Psikologi*, 8762, 20–25.
- Dyah, S. S., & Tri, N. (2020). Kesepian pada lanjut usia: studi tentang bentuk, faktor pencetus dan strategi coping. *Jurnal Psikologi*, 1, 1–9.
- Eva, F., Rina, S. P., & Wibisono. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kesepian pada lansia. *Jurnal Nusantara Hasana*, 1(5), 97–104.
- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kesepian pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97–104. <https://nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/144/89>
- Hanifah, Dian, M. D., & Marsiah. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian (Lonliness) pada Lansia di Puskesmas Karang Dapo. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI) E-ISSN* (Vol. 2, Issue 2).
- Hapsari, S., & YEK, R. (2022). Hubungan antara Psychological Well Being dan Kesepian pada Lansia di Desa Ringinawe Kota Salatiga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(2), 1–9. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i3.38721>
- Hidayatulloh, A., & Suryani. (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia Di Dusun Bulu Jogotirto Berbah Sleman*. Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Iivy, A. R., Afrinaldi, Sesmiarni, Z., & Yarni, L. (2023). Ego Integrity Pada Lansia. *Journal of Social Humanities and Education*, 2(1), 260–274.
- Kemenkes RI, K. K. (2017). *Buku Kesehatan Lanjut Usia*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Kurniawan, M.B, & Wibowo, A.T. (2020). Hubungan antara Dukungan Informasi Keluarga dengan Depresi pada Pasien Pasca Stroke di Puskesmas Remaja Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(2), 1280–1286. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1093>

- Latipah, S., Nuraini, N., & Ariesta, R. (2022). Dukungan Emosional Keluarga dengan Kepatuhan Pengobatan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, 2. <https://doi.org/10.31000/sinamu.v2i0.5744>
- Magdalena, J. (2022). Family Support And Lonely Elderly In Padang Bulan Kelurahan, Medan New District, Medan City. *Journal of Midwifery and Nursing*, 4(1), 13–18. <https://doi.org/10.35335/jmn.v4i1.2089>
- Muchsin, E. nurhayati, Wibowo, D. A., Sunaringtyas, W., & Ilmika, R. V. (2023). Tingkat Stres Pada Lansia Yang Tidak Tinggal Serumah Dengan Keluarga. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 4(2), 22–28. <https://doi.org/10.22437/jssm.v4i2.25948>
- Najwa, & Triana, A. (2024). Analisis faktor penyebab kesepian pada lansia di 10 ilir palembang. June. *Jurnal Psikologi Islami*, https://www.researchgate.net/publication/381227691_Analisis_Faktor_Penyebab_Kesepian_Pada_Lansia_Di_10_Ilir_Palembang?enrichId=rgreq-60fe8a00b0101ed5128a89bade544f5XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzM4MTIyNzY5MTtBUzoxMTQzMTI4MTI1MDA2Mjg3M0AxNzE3NzMxNzKxODg5&el=1_x_2_&esc=publicationCoverPdf
- Nganro, A. Z., Alwi, M. K., Ramlil, R., Keperawatan, I., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M., & K, E. P. K. (2024). *Dukungan Keluarga terhadap Kesepian pada Lansia*. 5(2), 115–121.
- Nuraini, I. (2024). *Pengaruh Kesepian terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa The Influence of Loneliness on Psychological Well-Being among College Students Abstrak*. 11(02), 954–965.
- Panjaitan, B. S., & Agustina Br Perangin-Angin, M. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Klabat Journal Of Nursing*, 2(2). <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn>
- Permenkes. (2015). Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Di Pusat Kesehatan Masyarakat. *Kesehatan*, 151, 10–17.
- Ratnawati, E. (2018b). *Asuhan Keperawatan Gerontik (I)*. Pt. Pustaka Baru.
- Rekawati, E., Sahar, J., & Wati, D. N. K. (2020). Dukungan Penghargaan Keluarga Berhubungan dengan Kualitas dan Kepuasan Hidup Lansia di Depok Etty Rekawati. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 166–169.
- Riski, R. S. A., Hamid, A., & Lita. (2022). Comparison of Feelings of Loneliness and Family Support in the Elderly in Pstw and the Family Environment. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 114–128. <https://doi.org/10.25311/jkh.vol2.iss1.533>
- Sangian, L. M., et al.. 2017. (2019). *No TitleSangian, L. M., et al. "Hubungan Dukungan Emosional Keluarga Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Desa Watutumou III."* *Jurnal Keperawatan* 5(2). 2017. 5, 1–8.
- Suhendri, I. A., Bakhtiar, B., & Octavia, I. A. (2023). Kesepian Pada Lansia Yang Mengikuti Organisasi Di Nagari Limbanang Kecamatan Suliki. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 14(2). <http://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb/article/view/6058>
- Susanty, S., Chung, M., Chiu, H., Chi, M., Hu, S. H., Kuo, C., & Chuang, Y. (2022). *Prevalence of Loneliness and Associated Factors among Community-Dwelling Older Adults in Indonesia: A Cross-Sectional Study*.
- World Health Organization. (2023). *Mental health of older adults*. https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=t