

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa perkembangan manusia tahapan lanjut usia atau biasa disebut dengan lansia, merupakan tahapan akhir yang akan dilalui dan dihadapi oleh setiap manusia. Menurut Undang – undang Republik Indonesia No.13 tahun 1998, individu yang disebut lansia merupakan individu yang sudah berumur 60 tahun ke atas. Pada masa ini mulai terlihat beberapa perubahan yang terjadi pada individu ketika memasuki masa lansia, dimulai dari penurunan kondisi secara fisik dan psikis yang menyebabkan perubahan kehidupan pada lansia.

Dengan beberapa penurunan kondisi saat memasuki masa lanjut usia, lansia membutuhkan peran aktif serta dukungan langsung dari lingkungan terdekatnya yaitu keluarga dan pasangan. Dengan adanya dukungan yang diberikan, lansia akan mampu melalui kehidupan masa tuanya dengan baik dengan penerimaan diri yang bagus. Menurut Wahyuni & Abidin, (2015) dikatakan bahwa lansia juga merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Dalam memasuki masa lanjut usia yang rentan terhadap penurunan kondisi fisik maupun psikis, lansia memiliki ketergantungan yang tinggi terhadap orang lain, terutama keluarga yang menjadi lingkungan terdekat.

Pada masa usia lanjut, lansia juga mengalami penurunan peran dalam interaksi sosialnya, sehingga lansia cenderung menghabiskan waktu lebih sedikit dengan orang lain bahkan hanya menghabiskan waktu seorang diri. Hal ini terjadi karena beberapa faktor antara lain, kondisi kognitif yang mulai menurun, kematian teman atau pasangan, dan ditinggalkan oleh keluarga. Dengan kondisi tersebut lansia rentan sekali timbul masalah dalam kehidupannya seperti, munculnya rasa kesepian yang dapat mengganggu kehidupannya, serta dapat menjadi sebuah masalah jika tidak ditangani dengan solusi yang baik.

Menurut Fitriana, (2021) kesepian merupakan perasaan tersisihkan, dipisahkan dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain, tersisih dari kelompoknya, merasa tidak diperhatikan oleh orang – orang disekitarnya dan merasa terisolasi. Definisi lain kesepian menurut Russel dkk., 1980 dalam Sari & Hamidah, (2021) adalah suatu perasaan ketidaknyamanan subjektif individu karena tidak adanya hubungan erat dengan orang lain. Menurut Peplau dan Pelman dalam Aldila, (2019) mengatakan bahwa kesepian terjadi akibat berkurangnya hubungan yang berarti antara individu dengan orang lain, dan hal ini dapat menyebabkan keadaan yang tidak menyenangkan.

Menurut Fitriana, (2021) disebutkan bahwa kesepian dipengaruhi oleh beberapa faktor, beberapa faktor tersebut antara lain interaksi sosial, spiritualitas, dan dukungan keluarga. Di sisi lain kesepian dapat juga disebabkan oleh beberapa faktor antara lain, faktor emosi yang tidak stabil yang berkaitan pada kecerdasan emosional yang rendah dan dapat menghambat interaksi sosial. Menurut Puspalani & Awalya, (2021) kepekaan terhadap pengenalan emosi dapat membuat individu mampu dalam memelihara dan mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain, individu yang tidak mampu mengelola emosi yang baik lebih cenderung akan dijauhi oleh lingkungan sekitar karena dinilai mengganggu, sehingga dapat membuat interaksi dengan orang lain terganggu dan hal ini yang dapat membuat individu kerap merasakan kesepian dalam kehidupannya. Lalu faktor lain adalah kurangnya dukungan sosial yang didapatkan oleh lansia, tanpa adanya *support* dari lingkungan sosial terutama lingkungan terdekat yaitu keluarga, hidup pada masa lansia akan sangat rentan dengan timbulnya perasaan kesepian. Dari penjelasan diatas peneliti memilih kedua faktor ini, yaitu kecerdasan emosional dan dukungan keluarga untuk dapat menjadi fokus dalam penelitian kali ini.

Menurut Goleman, 1995 dalam jurnal Felix dkk. (2019), mendefinisikan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan penguasaan diri, memiliki daya tahan yang tinggi saat mengatasi suatu masalah, mampu mengelola tekanan, memotivasi diri, mengatur suasana hati, kemampuan berempati, dan kemampuan untuk menjalin hubungan dengan orang lain. Dalam definisi mengenai kecerdasan emosional di atas, terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi individu sehingga

menyebabkan munculnya perasaan kesepian saat individu tidak dapat mengelolah emosi dengan baik.

Faktor lain yang menyebabkan munculnya kesepian adalah kurangnya dukungan sosial terlebih oleh keluarga. Menurut Sarason dalam Jonita et al., (2022) dukungan sosial merupakan kondisi dimana tersedianya orang-orang yang dapat diandalkan, orang-orang yang memperlihatkan bahwa mereka memberi perhatian, menganggap bernilai dan mencintai individu, serta dukungan sosial ini dapat diberikan juga oleh lingkungan terdekat yaitu keluarga dan pasangan. Pendapat dari Camelia Kristika Pepe, dkk, (2017) mengatakan bahwa keluarga merupakan orang terdekat yang memiliki posisi sangat penting dalam kehidupan lansia, karena disini keluarga berguna untuk membantu memberikan pemenuhan kebutuhan terhadap lansia di masa tuanya, termasuk dukungan secara psikologis. Namun jika melihat lebih detail lagi kebahagiaan individu pada masa tua akan menjadi lebih baik lagi jika memperoleh perhatian terlebih dari pasangannya, sehingga menjauhkan individu dari rasa kesepian.

Mengutip dari halaman Kompas.com mengenai survey tingkat kesepian pada masyarakat Indonesia yang dilakukan pada Mei – Juni 2021 oleh lembaga kesehatan mental Indonesia Into The Light dan Change.org, didapati bahwa 98 persen partisipan mengalami kesepian. Berdasarkan hasil survey didapati bahwa kesepian ditemukan merata pada berbagai kelompok usia, yang dapat diartikan pada kelompok lansia juga rentan dengan masalah kesepian ini. Dalam artikel tersebut dikatakan juga bahwa responden tidak meminta bantuan kepada profesional seperti psikolog dan psikiater, hal ini didasari pada pendapat mereka mengenai biaya yang tinggi saat mereka ingin meminta bantuan kepada para profesional. Alasan lain dari para responden mengapa mereka tidak meminta bantuan kepada tenaga profesional adalah, karena mereka merasa lebih baik menerima bantuan dari keluarga atau orang terdekat untuk mengatasi masalah kesepian ini.

Berdasar pada pernyataan responden dalam survei tersebut, timbul pertanyaan pada peneliti mengenai hasil terkait dengan pendapat para responden mengenai pilihan mereka untuk mencari dukungan dari lingkungan terdekat untuk mengatasi masalah kesepian tersebut, jika melihat pada teori yang ada saat individu mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan

terdekatnya seharusnya perasaan kesepian akan berkurang, tetapi ternyata dari artikel dijelaskan bahwa hasil yang diharapkan tidak sesuai.

Peneliti juga melakukan survei di lapangan dengan metode observasi dan wawancara pada 2 lansia terkait dengan keterpengaruhan dan hubungan antara kecerdasan emosional dengan dukungan keluarga pada tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia.

Pada survei pertama dilakukan oleh peneliti pada hari jumat 17 Juni 2022 dengan responden berinisial "M" dengan kriteria umur 61 tahun, kesibukan berjualan mie ayam, masih memiliki pasangan, dan tinggal bersama anak. Peneliti mencoba berinteraksi dan mencoba memberikan beberapa pertanyaan terkait masalah kesepian pada responden, dalam wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti, peneliti membutuhkan waktu kurang lebih 1 jam dalam interaksi tersebut. Dari hasil survei pada responden pertama ini didapati bahwa individu "M" terkadang masih merasa kesepian. Hal menarik ditemukan peneliti juga bahwa saat individu ini sedang berada di rumah, kondisi rumah terasa sangat hangat karena individu memiliki interaksi yang baik dengan anak dan pasangannya, peneliti juga berusaha mencari informasi terkait pribadi responden pertama ini pada lingkungan sekitarnya yaitu keluarga dan tetangganya, disini peneliti mendapatkan informasi mengenai pribadi "M" ini, hasilnya dari keluarga mengatakan bahwa pribadi "M" ini merupakan orang yang sabar, perhatian, dan disiplin. Lalu informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya yaitu tetangga, mengatakan bahwa "M" ini memiliki sikap yang baik, ramah, dan taat dalam beragama. Dari hasil tersebut peneliti mendapati bahwa indikator kecerdasan emosional dari "M" dalam kondisi baik, sehingga timbul pertanyaan mengapa saat dukungan keluarga dan kecerdasan emosional dalam kondisi yang positif individu ini masih kerap merasa kesepian? Hal ini menjadi menarik untuk diteliti karena ketidak sesuaian antara teori dengan realita yang ada di lingkungan.

Survei kedua dilakukan peneliti pada hari minggu 19 juni 2022 dengan responden berinisial "T" dengan kriteria umur 67 tahun, dengan kesibukan usaha kos – kosan, masih memiliki anak, tinggal bersama anak, dan lingkungan rumah menjadi satu dengan lingkungan kos – kosan. Pada survei kedua ini peneliti mencoba untuk mencari tahu tingkat kesepian pada

responden kedua ini, peneliti mencari tahu dengan memberikan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan hubungan dengan keluarga, pasangan dan lingkungan sekitar. Jawaban yang didapatkan adalah, responden kedua ini memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, pasangan dan lingkungan sekitar, responden kedua ini juga kerap berinteraksi dengan anak kos yang berada di lingkungannya, sehingga dapat disimpulkan bahwa responden kedua ini mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Disisi lain peneliti juga berusaha mencari tahu tingkat kecerdasan emosi dari responden kedua ini dengan memeberikan pertanyaan mengenai sebuah permasalahan dalam keluarga, dan meminta menjelaskan mengenai solusi dan cara mengatasi masalah tersebut. Dari sana didapati bahwa peneliti memiliki tingkat kecerdasan emosi yang cukup baik karena dapat memberikan jawaban pertanyaan dengan berusaha memikirkan situasi dan perasaan dari anggota keluarga yang lain, sehingga dapat meminimalkan konflik yang terjadi.

Peneliti juga melakukan survei ketiga yang dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2022 dengan responden berinisial "M" dengan kriteria umur 61 tahun, dengan kesibukan usaha kos – kosan, masih memiliki pasangan dan memiliki anak. Pada survei ketiga ini peneliti juga mencoba mencari tahu tingkat kesepian dari subjek "M" ini dengan memberikan beberapa pertanyaan yang berasal dari aspek – aspek kesepian, dan didapati bahwa responden ketiga ini merasa terkadang dirinya kesepian meskipun sedang melakukan aktivitas bersama keluarganya, responden "M juga merasa keluarganya memberikan perhatian yang cukup baik kepadanya. Peneliti juga mencoba mencari tahu karakter dan sifat responden "M" ini melalui wawancara dengan keluarga dan lingkungan sekitarnya, dan didapati bahwa individu "M" merupakan pribadi yang disiplin, pekerja keras, dan taat beribadah. Dari hasil wawancara peneliti dengan keluarga responden dan lingkungan sekitar diperoleh hasil juga bahwa responden "M" adalah pribadi yang sabar dan suka menolong tetangga dan lingkungan sekitar, serta perhatian kepada anggota keluarga, sehingga dapat disimpulkan bahwa responden "M" memiliki kecerdasan emosional yang baik, serta dukungan keluarga yang diberikan oleh keluarga juga cukup baik.

Dari ketiga survei yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan metode wawancara, didapati bahwa 2 dari 3 sample responden mengalami

kesehian meskipun memiliki kecerdasan emosional dan mendapatkan dukungan keluarga baik dari pasangan maupun anggota keluarga yang lain. Sehingga terlihat ketidaksesuaian antara teori yang ada dengan temuan di lapangan, hal ini yang menjadi titik awal dimana peneliti berusaha ingin mencari tahu dan memastikan ada atau tidaknya hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan keluarga dengan tingkat kesehian pada seseorang, terutama pada pribadi lanjut usia yang masih memiliki pasangan dan memiliki anak. Karena melalui survei yang dilakukan oleh peneliti subjek yang merasakan kesehian nyatanya adalah subjek yang masih memiliki pasangan serta memiliki anak.

Peneliti juga berpendapat bahwa penelitian kali ini perlu untuk dilaksanakan, karena dapat menjadi jawaban dari pertanyaan peneliti mengenai apa saja faktor yang mempengaruhi kesehian dan bagaimana cara mengatasi kesehian yang terjadi, terutama pada individu lanjut usia.

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan keluarga dengan kesehian pada lansia

1.3 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1.3.1 Manfaat Teoritis

Dapat memberikan kontribusi dalam penelitian ilmiah, serta untuk pengembangan di dalam bidang Psikologi Perkembangan dalam memahami hubungan antara kesehian pada lansia dengan kecerdasan emosional dan dukungan keluarga.

1.3.2 Manfaat Praktis

Menjadi bekal yang penting bagi setiap keluarga atau individu dalam memberikan pendampingan dan perhatian terhadap orangtua atau lansia.