

HUBUNGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* DENGAN *LONELINESS* PADA LANSIA YANG TINGGAL DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANSIA PASURUAN

Oleh:

Amiando Bagus Aji Pangestu

Lely Ika Mariyati, M.Psi., Psikolog

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

21 Agustus 2023

Pendahuluan

Manusia yang hidup pasti mengalami proses perkembangan dan pertumbuhan dari awal dilahirkan sampai menjadi tua dan meninggal. Fase atau tahapan kehidupan manusia berkembang dari fase bayi, kanak - kanak, anak-anak, remaja, tua, dan yang terakhir yaitu fase lanjut usia. Tahapan tersebut membuktikan bahwa manusia berkembang terus menerus hingga meninggal akan tetapi tahapan perkembangannya berbeda. Maka dari itu manusia mengalami berbagai proses dalam kehidupan, salah satunya adalah proses penuaan

Terjadinya kemunduran fisik, mental dan sosial dapat berakibat pada terjadinya permasalahan - permasalahan di masa tua antara lain masalah ekonomi, masalah sosial, masalah kesehatan dan masalah psikologis. Kemunduran masalah psikologi dapat berupa kesepian, terasing dari lingkungan, ketidakberdayaan, perasaan tidak berguna, kurang percaya diri, ketergantungan, keterlantaran terutama untuk lansia yang miskin, post power syndrome dan sebagainya. Masalah psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia adalah kesepian (*loneliness*).

Pendahuluan

Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa *psychological well being* dapat terhindar dari perilaku *loneliness* (Abadi, 2021). *Psychological Well Being* adalah kondisi individu yang memiliki sikap positif akan diri dan orang lain, mampu mengambil keputusan secara mandiri dan dapat mengontrol perilakunya, bisa mengkondisikan lingkungan agar sesuai dan cocok dengan kebutuhannya, mempunyai arah hidup dan lebih memberi makna pada hidup mereka, serta berusaha mempelajari dan menumbuhkan dirinya

Perubahan *psychological well being* bisa menimbulkan sikap positif apabila dikelola dengan baik, maka akan memberikan dampak kepada lansia UPT Pelayanan Sosial sehingga dapat fokus dalam mengambil keputusan, dapat mengontrol dirinya sehingga menimbulkan perilaku yang mengurangi *loneliness*. Menurut penelitian terdahulu *loneliness* akan menimbulkan dampak buruk bagi lansia jika dilakukan secara terus menerus. Dampak *loneliness* bila tidak segera diatasi dapat mengganggu dalam dua hal: 1) kehilangan kepercayaan sosial. 2) menjadi pesimis terhadap orang lain

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

RUMUSAN MASALAH

- Adakah Hubungan antara Psychological Well Being dengan Loneliness pada Lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan?

TUJUAN PENELITIAN

- Untuk mengetahui Hubungan antara Psychological Well Being dengan Loneliness pada Lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan

Metode

JENIS METODE PENELITIAN

- Metode Kuantitatif Korelasi

POPULASI

- Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan berjumlah 138 Orang

SAMPEL

- Seluruh Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan sejumlah 138 Lansia

VARIABEL

- Variabel Bebas yaitu *Psychological Well-Being* (X)
- Variabel Terikat yaitu *Loneliness* (Y)

SKALA

- Skala *loneliness* dengan aspek-aspek yaitu, *emotional isolation* dan *social isolation* yang dikemukakan (Mare, 2015).
- Skala *psychological well being* dengan aspek – aspek yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi diri, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan diri. diadaptasi dari skala yang dikembangkan (Amalia, 2016) dengan merujuk pada dimensi kesejahteraan psikologis dari Ryff

Hasil

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Psychological Well Being	Loneliness
N		138	138
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	128.6087	46.8696
	Std. Deviation	10.08608	7.84413
Most Extreme Differences	Absolute	.060	.089
	Positive	.059	.059
	Negative	-.060	-.089
Test Statistic		.060	.089
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.009 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			

Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Loneliness * Psychological Well Being	Between Groups	(Combined)	3952.007	40	98.800	2.140	.001
		Linearity	2532.563	1	2532.563	54.863	.000
		Deviation from Linearity	1419.444	39	36.396	.788	.797
	Within Groups		4477.645	97	46.161		
	Total		8429.652	137			

Uji Hipotesis

Correlations				
			Psychological Well Being	Loneliness
Spearman's rho	Psychological Well Being	Correlation Coefficient	1.000	-.509**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	138	138
	Loneliness	Correlation Coefficient	-.509**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	138	138

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar -0.509 dengan nilai signifikansinya lebih kecil $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif antara *psychological well being* dengan *loneliness* pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan. Semakin tinggi *psychological well being* maka akan semakin rendah *loneliness* yang dirasakan oleh lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan, sebaliknya semakin rendah *psychological well being* maka akan

Hal ini sejalan dengan penelitian Bhagchandani yang juga membuktikan bahwa semakin tinggi *psychological well being* maka akan rendah *loneliness* yang dirasakan ($r = -0.540, p = 0.000$). Penelitian lain yang dilakukan oleh Halim & Dariyo juga menunjukkan bahwa semua aspek pada *psychological well being* mempunyai hubungan negatif dan signifikan dengan perasaan *loneliness* ($r = -0.659, p = 0.000$). Penelitian yang dilakukan oleh Rantapedang & Gery juga menunjukkan bahwa lansia yang memiliki perasaan kesepian maka akan memiliki *psychological well being* yang rendah ($r = -0.474, p = 0.000$). Semakin tinggi *loneliness* yang dirasakan.

Temuan Penting Penelitian

Temuan penting dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *psychological well being* dengan *loneliness* pada lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan. Jadi semakin tinggi *psychological well being* maka semakin rendah *loneliness* yang dirasakan oleh lansia, sebaliknya semakin rendah *psychological well being* maka akan semakin tinggi *loneliness* yang dirasakan oleh lansia.

Besaran pengaruh *psychological well being* terhadap *loneliness* sebesar 30% dimana terdapat 70% factor lain yang dapat mempengaruhi *loneliness*

Manfaat Penelitian

Bagi UPT ;

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu mengenai pentingnya *psychological well being* untuk dapat mengurangi *loneliness* yang dirasakan oleh lansia.

Bagi Lansia ;

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman dalam melakukan kegiatan untuk meningkatkan *psychological well being*.

Bagi peneliti selanjutnya ;

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya.

Referensi

- [1] N. Agustina, *Perkembangan peserta didik*. Deepublish, 2018.
- [2] M. Jannah, F. Yacob, and J. Julianto, "Rentang Kehidupan Manusia (life span development) dalam islam," *Gend. Equal. Int. J. Child Gend. Stud.*, vol. 3, no. 1, pp. 97–114, 2017.
- [3] L. Adam, "Determinan hipertensi pada lanjut usia," *Jambura Heal. Sport J.*, vol. 1, no. 2, pp. 82–89, 2019.
- [4] D. F. Annisa and I. Ifdil, "Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia)," *Konselor*, vol. 5, no. 2, pp. 93–99, 2016.
- [5] E. Prabowo and A. Agustiyawan, "Hubungan Lama Bed Rest terhadap Fungsi Kognitif Pada Pasien Lanjut Usia," *J. Ilm. Fisioter.*, vol. 3, no. 1, pp. 25–27, 2020.
- [6] A. Ariyanto, T. Y. Fatmawati, and F. Chandra, "Pendidikan, Jarak Rumah dan Dukungan Keluarga terhadap Pemanfaatan Posyandu Lansia," *J. Akad. Baiturrahim Jambi*, vol. 10, no. 2, pp. 267–273, 2021.
- [7] G. A. T. Parasari and M. D. Lestari, "Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat depresi pada lansia di Kelurahan Sading," *J. Psikol. Udayana*, vol. 2, no. 1, pp. 68–77, 2015.
- [8] D. Wulandari, "Bimbingan Konseling Pada Lansia Post Power Syndrome (Studi Kasus 3 Orang) Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung." UIN Raden Intan Lampung, 2018.
- [9] A. Wulandari, "Gambaran Tingkat Kesepian Lanjut Usia Akibat Dampak Covid-19." Universitas Kusuma Husada, 2020.
- [10] T. Prihatin, "Gambaran Loneliness Pada Lanjut Usia Di Masa Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Tegal Besar Kecamatan Kaliwates Jember." UNIVERSITAS MUAHAMMADIYAH JEMBER, 2021.

Referensi

- [11] G. G. Abadi, "Gambaran Psychological Well-Being Pada Lansia Yang Rutin Melaksanakan Shalat Lima Waktu Di Mesjid Di Kota Pekanbaru." Universitas Islam Riau, 2021.
- [12] A. Fitriani, "Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being," *Al-Adyan J. Stud. Lintas Agama*, vol. 11, no. 1, pp. 57–80, 2016.
- [13] A. Prabowo, "Gratitude dan psychological wellbeing pada remaja," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 5, no. 2, pp. 260–270, 2017.
- [14] U. Bini'Matillah, L. A. Susumaningrum, and M. Z. Ala, "HUBungan Spiritualitas dengan Kesepian pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW)," *Pustaka Kesehat.*, vol. 6, no. 3, pp. 438–445, 2018.
- [15] R. D. Ghaisani, "Hubungan Self Esteem dan Loneliness pada Remaja Akhir Pelaku Cybersex di Bandung.," 2016.
- [16] S. Azwar, *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- [17] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet, 2016.
- [18] A. C. Alim, B. Rathakrishnan, A. Alim, and P. Voo, "Hubungan Perfeksionisme, Keperluan Psikologi Asas Dan Kesejahteraan Psikologi Dalam Kalangan Pelajar Universiti Di Sabah, Malaysia (Relationship Of Perfectionism And Basic Psychological Needs To Psychological Well-Being Among University Students At Univer," *J. Psikol. Malaysia*, vol. 30, no. 2, 2016.
- [19] C. D. Ryff and C. L. M. Keyes, "The structure of psychological well-being revisited.," *J. Pers. Soc. Psychol.*, vol. 69, no. 4, p. 719, 1995.
- [20] Y. B. Mare, "Pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) sosialisasi terhadap tingkat kesepian pada lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya." Widya Mandala Catholic University, 2015.

Referensi

- [21] S. Amalia, "Analisa psikometrik alat ukur Ryff's Psychological Well-Being (RPWB) versi bahasa Indonesia: Studi pada lansia guna mengukur kesejahteraan dan kebahagiaan," in *Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity*, 2016, pp. 430–437.
- [22] R. K. Bhagchandani, "Effect of loneliness on the psychological well-being of college students," *Int. J. Soc. Sci. Humanit.*, vol. 7, no. 1, p. 60, 2017.
- [23] C. F. Halim and A. Dariyo, "Hubungan psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau," *J. Psikogenes.*, vol. 4, no. 2, pp. 170–181, 2016.
- [24] A. Rantepadang and A. Ben Gery, "Hubungan psychological well-being dengan loneliness," *Nutr. J.*, vol. 4, no. 1, pp. 59–62, 2020.
- [25] M. M. Aryono and R. A. Dani, "Hubungan psychological well being dengan loneliness pada lansia yang memilih melajang," *Proyeksi J. Psikol.*, vol. 14, no. 2, pp. 162–171, 2019.
- [26] S. Susanti, V. Veronica, N. Krisanta, and A. I. D. Putra, "Hubungan Antara Psychological Well-being Dengan Loneliness Pada Lansia yang Tinggal di Panti Jompo di Kota Medan," *J. Penelit. Pendidikan, Psikol. Dan Kesehat.*, vol. 2, no. 1, pp. 20–27, 2021.
- [27] D. I. Nanda, "Hubungan loneliness dan psychological well-being pada dewasa muda lajang yang berkarir," *Skripsi, Univ. Bina Nusantara*. Diunduh dari <http://thesis.binus.ac.id/Doc/Lampiran/2012-1-00407-PS%20Lampiran001.pdf>, 2013.
- [28] S. Hapsari and Y. E. K. Ratriana, "Hubungan antara Psychological Well Being dan Kesepian pada Lansia di Desa Ringinawe Kota Salatiga," *J. Ilm. Bimbing. Konseling Undiksha*, vol. 13, no. 2, 2022.
- [29] F. N. Santika and L. I. Mariyati, "The Relationship Between Family Support and Psychological-Well-Being on Honorary Teachers in Sidoarjo," *Psikologia J. Psikol.*, vol. 10, pp. 10–21070, 2023.
- [30] D. A. Purwanti and E. R. Kustanti, "Hubungan antara resiliensi dengan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme," *J. Empati*, vol. 7, no. 1, pp. 283–287, 2020.
- [31] S. Hardjo and E. Novita, "Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja korban sexual abuse," *Anal. J. Magister Psikol. UMA*, vol. 7, no. 1, pp. 12–19, 2015.
- [32] R. A. Dewijayanti and H. Wahyudi, "Hubungan antara Self Esteem dengan Psychological Well-Being pada Pasien Thalassemia Beta Mayor Usia Dewasa Awal di RS. X Bandung," *Pros. Psikol.*, pp. 1030–1037, 2018

