

The Relationship Between Psychological Well Being and Loneliness in the Elderly Living in Pasuruan Elderly Social Service Unit

[Hubungan antara Psychological Well Being dengan Loneliness pada Lansia yang Tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan]

Amiando Bagus Aji Pangestu¹⁾, Lely Ika Mariyati^{2*)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: ikalely@umsida.ac.id

Abstract. *The research was motivated by the phenomenon of elderly people experiencing loneliness, there are some elderly people who feel that life is no longer important because their spouses are left behind, especially their families. The study aims to determine the relationship between psychological well being and loneliness in the elderly who live in UPT Pasuruan Elderly Social Services. This type of research is quantitative using a correlational approach. The study population was the elderly at the Pasuruan Elderly Social Services UPT, totaling 138 elderly. The sample of this study was the entire population in the Pasuruan Elderly Social Service Unit using saturated sampling technique which amounted to 138 elderly people. The research data collection technique used a psychological well being scale and a loneliness scale. The data analysis technique uses product moment correlation from Spearman's Rho with the help of SPSS 26.0 for windows. The results of the analysis proposed by the researcher were accepted with the results of the correlation coefficient of -0.509 with a smaller significance value of 0.000 < 0.05. These results indicate a negative relationship between psychological well being and loneliness in the elderly at the Pasuruan Elderly Social Service Unit. The higher the psychological well being, the lower the loneliness felt by the elderly who are in the Pasuruan Elderly Social Service Unit and vice versa.*

Keywords *Psychological well being, loneliness, Elderly*

Abstrak. Penelitian dilatar belakangi dengan fenomena lansia yang mengalami *loneliness*, banyak lansia yang merasa hidup sudah tidak penting lagi karena ditinggal pasangan terlebih lagi keluarga. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well being* dengan *loneliness* pada lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional. Populasi penelitian adalah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan yang berjumlah 138 lansia. Sampel penelitian ini adalah keseluruhan populasi yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan dengan menggunakan teknik sampling jenuh yang berjumlah 138 lansia. Teknik pengumpulan data penelitian menggunakan skala *psychological well being* dan skala *loneliness*. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment* dari *Spearman's Rho* dengan bantuan SPSS 26.0 for windows. Hasil analisis yang diajukan oleh peneliti diterima dengan hasil 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 dan sebaliknya

Kata Kunci – *Psychological well being, loneliness, Lansia*

I. PENDAHULUAN

Manusia yang hidup pasti mengalami proses perkembangan dan pertumbuhan dari awal dilahirkan sampai menjadi tua dan meninggal [1]. Fase atau tahapan kehidupan manusia berkembang dari fase bayi, kanak - kanak, anak-anak, remaja, tua, dan yang terakhir yaitu fase lanjut usia [2]. 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. Proses terjadinya penuaan ini dialami oleh usia lanjut yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya: peningkatan gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, hingga kemajuan tingkat pendidikan dan sosial ekonomi yang semakin baik [3]. Usia lanjut merupakan periode terakhir pada rentang kehidupan seseorang [4]. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.

Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030

(40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Suatu negara dikatakan berstruktur tua jika mempunyai populasi lansia di atas tujuh persen [5]. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa di masa tua seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap [6]. 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 [7]. 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 [8].

Masalah psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia adalah kesepian (*loneliness*) [9]. *Loneliness* merupakan suatu kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang dirasakan seseorang tentang tingkat hubungan sosial yang dimilikinya. Seseorang individu mengalami kesepian jika tidak mampu membangun kedekatan dalam hubungan interpersonal seperti yang diharapkan [10]. *Loneliness* yang terjadi pada lansia memiliki dampak yang penting, khususnya yang berhubungan berhubungan dengan dampak kesehatan fisik, kesehatan mental resiko demensia dan kognisi menurun lebih cepat [9].

Penelitian oleh Wulandari [11] mengenai gambaran tingkat kesepian lanjut usia akibat dampak covid-19 menunjukkan adanya masalah kesepian pada lansia yang sebagian besar lansia berada pada keadaan kesepian (71,9%). Penelitian yang dilakukan oleh Prihatin [10] juga menunjukkan adanya masalah *loneliness* pada lanjut usia di Kelurahan Tegal Besar Kecamatan Kaliwates Jember, dari 275 lansia sebanyak 171 (61,18%) lansia mengalami *loneliness*. Berdasarkan hasil wawancara dengan tenaga sosial di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan tepatnya pada tanggal 15 Desember 2022 menunjukkan bahwa terdapat permasalahan mengenai *loneliness* pada sebagian lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan. Lansia sering mengalami kesepian meskipun banyak orang yang berada disekitarnya dan merasa bosan dengan rutinitas yang diulang-ulang setiap hari. Banyak lansia yang merasa hampa kehidupannya semenjak ditinggal oleh keluarga dan lebih memilih sendiri melakukan social isolation. Situasi tersbut menunjukkan adanya permasalahan *loneliness* pada khususnya pada aspek *social isolation*.

Loneliness memiliki dua aspek yaitu 1) Emotional Isolation, Kepribadian individu dari sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan berfikir. Dan 2) Social Isolation, keinginan kehidupan sosial yang disenangi individu pada kehidupan di lingkungannya [12]. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi *loneliness* dapat dikategorikan menjadi 4 macam, yaitu ketidakadekuatan dalam hubungan yang dimiliki, terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan, *self esteem*, dan perilaku interpersonal yang menentukan keberhasilan individu dalam membangun hubungan yang diharapkan [13]. Penelitian yang dilakukan oleh Susanti, Veronica, Krisanta & Putra menunjukkan bahwa semakin tinggi lansia yang memiliki *psychological well being* maka akan semakin rendah perasaan *loneliness* yang dimiliki ($r = -0.654$, $p = 0.000 < 0.05$). [14] Individu dalam hal ini lansia yang matang akan *psychological well being* dan dapat terhindar dari perilaku *loneliness* [15].

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 [16]. *Psychological well being* merupakan suatu kondisi dimana seseorang individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan hangat dengan orang lain disekitarnya, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial yang ada, memiliki arti dalam hidup serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara berkelanjutan [17]

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 [18]. Dampak *loneliness* bila tidak segera diatasi dapat mengganggu dalam dua hal: 1) kehilangan kepercayaan sosial. 2) menjadi pesimis terhadap orang lain [19].

Uraian diatas melatar belakangi peneliti untuk melakukan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui hubungan antara *psychological well being* yang dimiliki lansia pada UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan dengan perilaku *loneliness* yang dimiliki. Penelitian ini mengisi kekosongan penelitian sebelumnya yang meneliti *psychological well being* dan lansia *loneliness* di UPT Pelayanan Sosial di Pasuruan Yang sebelumnya di lakukan di medan-propensi Sumatra dan Salatiga-propensi Jawa tengah.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan yang berjumlah 138 lansia. Variabel dalam penelitian ini yaitu *psychological well being* dan *loneliness*. Sampel penelitian berjumlah 138 lansia. Teknik sampling yang digunakan adalah *sampling* jenuh. Teknik *sampling* jenuh adalah penentuan sampel apabila semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian [20].

Psychological well being diukur menggunakan skala *Psychological well being* yang disusun oleh Amalia [21] dengan berdasarkan aspek menurut Ryff & Keyes penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi diri, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan diri [22] dengan reliabilitas sebesar 0.845. Sedangkan pengukuran *loneliness* dalam penelitian ini menggunakan skala *loneliness* yang disusun oleh Mare [12] berdasarkan aspek- aspek menurut Mare yaitu Emotional Isolation, kepribadian individu dari sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan berfikir. dan Social Isolation, keinginan kehidupan sosial yang disenangi individu pada kehidupan di lingkungannya [12] dengan reliabilitas sebesar 0.941. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Spearman's Rho* dengan bantuan SPSS 26.0 *for windows*

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas

Tabel 1. 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.

Berdasarkan dari data tabel 1. Uji Normalitas *Kolmogorof-smirnov* di atas dapat diketahui nilai signifikansi *Psychological Well Being* yaitu 0,200 berarti nilai tersebut lebih dari 0,05 ($0,200 > 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa data distribusi tersebut normal. Sedangkan pada data *loneliness* diketahui bahwa nilai signifikansinya yaitu 0,000 berarti data tersebut kurang dari 0,05 ($0,000 > 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa data tersebut mempunyai distribusi tidak normal. Berdasarkan dari dua pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa satu variabel memiliki distribusi normal dan satu variabel lain memiliki distribusi tidak normal.

Tabel 2. Uji Linieritas

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

Dalam tabel 2. diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity psychological well being* dan *loneliness* adalah 0,000 yang dapat diartikan nilai *linearity* lebih kecil daripada 0,05 ($0,000 < 0,05$) dan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,797 yang dapat diartikan bahwa nilai *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05 ($0,797 > 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa kedua data tersebut linier.

Berdasarkan kedua uji di atas, maka uji hipotesis dilakukan dengan uji korelasi Spearman's rho.

Tabel 3. 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).

Hasil analisis berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0.509$ dengan nilai signifikansinya 0,000. Maka dapat diartikan adanya hubungan negatif 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.

Selain uji hipotesis, peneliti juga menghitung besaran *psychological well being* terhadap *loneliness*.

Tabel 4. Sumbangan Efektif

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.548 ^a	.300	.295	6.58490

a. Predictors: (Constant), Psychological Well Being

b. Dependent Variable: Loneliness

Berdasarkan pada tabel diatas, telah diketahui bahwa hasil dari 'besaran pengaruh' variabel X yaitu *psychological well being* terhadap variabel Y, yakni *loneliness* adalah tergolong tinggi, dimana nilai R Square sebesar 0,300. Jadi R Square = 0,300 x 100% = 30%. *Psychological well being* dapat mempengaruhi *loneliness* pada lansia sebesar 30%. Sedangkan, 70%, *loneliness* dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Peneliti juga melakukan analisis deskriptif tentang kondisi *psychological well being* dengan *loneliness*

Tabel 5. Kategori Skor Subjek

Kategori	Skor Subjek			
	Psychological Well Being		Loneliness	
	∑ Orang	%	∑ Orang	%
Rendah	52	36%	37	27%
Sedang	46	34%	64	46%
Tinggi	40	30%	37	27%
Jumlah	138	100 %	138	100 %

Berdasarkan tabel 5. skor subjek tersebut, pada skala *psychological well being* bisa disimpulkan bahwa, , ada 52 orang yang mempunyai *psychological well being* yang rendah dengan persentase sebesar 36%, ada 46 orang mempunyai *psychological well being* sedang dengan persentase sebesar 34%, ada 40 orang yang mempunyai *psychological well being* tinggi dengan persentase sebesar 30%.

Kategorisasi untuk skor subjek pada skala *loneliness* bisa disimpulkan bahwa, ada 37 orang yang mempunyai *loneliness* rendah dengan persentase sebesar 27%, ada 64 orang yang mempunyai *loneliness* sedang dengan persentase sebesar 46%, ada 37 orang yang mempunyai *loneliness* tinggi dengan persentase sebesar 27%.

B. Pembahasan

Teknik analisa data diatas peneliti menggunakan bantuan SPSS dengan teknik korelasi *product moment*. Pada uji korelasi tersebut menunjukkan hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima dengan hasil 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 semakin tinggi *loneliness* yang dirasakan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Bhagchandani yang juga membuktikan bahwa semakin tinggi *psychological well being* maka akan rendah *loneliness* yang dirasakan ($r = -0.540$, $p = 0.000$) [23]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Halim & Dariyo juga menunjukkan bahwa semua aspek pada *psychological well being* mempunyai hubungan negatif dan signifikan dengan perasaan *loneliness* ($r = -0.659$, $p = 0.000$) [24]. Penelitian yang dilakukan oleh

Rantapedang & Gery juga menunjukkan bahwa lansia yang memiliki perasaan kesepian maka akan memiliki *psychological well being* yang rendah ($r = -0.474, p = 0.000$) [25].

Seseorang dengan *psychological well being* atau bisa juga disebut dengan kesejahteraan psikologis yang baik, pada umumnya memiliki tingkat kesepian yang rendah dalam aspek penerimaan diri. Seseorang lebih menerima kelemahan dan kelebihan diri dan merasa positif tentang kehidupan yang telah dijalani. Hal ini dapat dilihat dari mayoritas lansia merasa bahwa masa lalu mereka sangat berharga dan dapat menerima kekurangan diri mereka masing-masing serta memiliki tujuan hidup yang baik dibuktikan dengan menghargai pengalaman yang dilalui dan merasa memiliki kehidupan yang bermakna [26]. Lansia yang memiliki *psychological well being* yang baik mampu mengambil keputusan sendiri sesuai dengan aspek otonomi yaitu mampu untuk menentukan tindakan sendiri, tetapi dalam penguasaan lingkungan, terkadang para lansia sulit beradaptasi dengan lingkungannya dikarenakan tidak adanya kegiatan yang dapat dilakukan sehingga menyebabkan lansia-lansia tersebut mudah merasa kesepian [14]. Pertumbuhan pribadi pada lansia yang berarti kemampuan pada aspek *psychological well being* lansia dapat mengembangkan kemampuan yang ada pada diri secara terus menerus juga dapat dilihat dari banyaknya lansia yang masih bersemangat untuk melakukan hal-hal yang mereka suka, namun cenderung kurang semangat untuk mempelajari hal-hal yang baru [27].

Di sisi lain, lansia juga masih senang berinteraksi dan berbagi dengan orang sekitar yang menunjukkan bahwa lansia tersebut memiliki hubungan baik dengan orang lain. Dengan kemampuan untuk membentuk hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya, kebanyakan lansia dengan *Psychological Well-Being* yang baik sukar merasakan kesepian atau *Loneliness* karena lansia tersebut memiliki orang untuk berbagi dan dapat dengan mudah menyuarakan pendapatnya tanpa merasa terhalang atau terabaikan [28]. Hal tersebut dapat terlihat ketika para lansia suka berbagi cerita dengan temannya mengenai pengalaman yang terjadi serta para lansia mau saling membantu jika ada lansia lain yang sedang perlu bantuan [29]. Sebaliknya, orang dengan *Psychological Well-Being* yang rendah akan sangat mudah merasakan kesepian karena orang tersebut mudah putus asa, merasa ditinggalkan dan tidak ada yang mau mendengar, sulit mengendalikan emosi, dan pada akhirnya cenderung mengasingkan diri [28].

Hasil analisis pada kategorisasi skor subjek menunjukkan bahwa *psychological well being* berada pada kategori sedang dan *loneliness* berada pada kategori sedang. Kategorisasi skala *psychological well being* bisa disimpulkan bahwa, ada 52 orang yang mempunyai *psychological well being* yang rendah dengan persentase sebesar 36%, ada 46 orang mempunyai *psychological well being* sedang dengan persentase sebesar 34%, ada 40 orang yang mempunyai *psychological well being* tinggi dengan persentase sebesar 30%. Kategorisasi untuk skor subjek pada skala *loneliness* bisa disimpulkan bahwa, ada 37 orang yang mempunyai *loneliness* rendah dengan persentase sebesar 27%, ada 64 orang yang mempunyai *loneliness* sedang dengan persentase sebesar 46%, ada 37 orang yang mempunyai *loneliness* tinggi dengan persentase sebesar 27%.

Variabel *psychological well being* mempengaruhi *loneliness* sebesar 30% dan sisanya sebesar 70% dipengaruhi oleh variabel lainnya seperti interaksi sosial [30], spiritualitas [18] dan dukungan keluarga [31] yang dapat mempengaruhi terhadap *loneliness*. Penelitian yang dilakukan oleh Nuraini, Kusuma & Rahayu menunjukkan bahwa interaksi sosial dapat mempengaruhi *loneliness* pada lansia [30]. Penelitian yang dilakukan oleh Bini'matillah, Susumaningrum & Ala juga menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *loneliness* [32] dan penelitian yang dilakukan oleh Ikasi & Hasanah juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh terhadap *loneliness* [31].

IV. SIMPULAN

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *psychological well being* dengan *loneliness* pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan terlihat dari hasil koefisien korelasi - 0.509 dengan signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima yang artinya semakin tinggi *psychological well being* maka akan semakin rendah *loneliness* yang dirasakan oleh lansia. Sebaliknya semakin rendah *psychological well being* maka akan semakin tinggi *loneliness* yang dirasakan oleh lansia. Variabel *psychological well being* mempengaruhi *loneliness* sebesar 30% dan sisanya sebesar 70% dipengaruhi oleh variabel lainnya seperti resiliensi, dukungan sosial dan *self esteem*. Kategorisasi yang berada pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan dapat disimpulkan bahwa *psychological well being* berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 36% dan *loneliness* berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 46%. Limitasi dari penelitian yang sudah dilakukan yaitu dalam penggunaan populasi peneliti masih di wilayah UPT Pelayanan Sosial Lansia dimana masih banyak populasi yang lebih luas lagi. Peneliti hanya menggunakan satu variabel X saja yang padahal masih banyak variabel lain yang dapat mempengaruhi *loneliness* seperti seperti interaksi sosial, spiritualitas dan dukungan keluarga.

Perasaan *loneliness* akan menurun jika memiliki *psychological well being* yang baik oleh karena itu lansia pada UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan diharapkan dapat meningkatkan *psychological well being* dalam dirinya dengan cara memberikan penyuluhan tentang pentingnya *psychological well being*. Lansia dapat mengikuti

kegiatan-kegiatan atau program yang diberikan oleh UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan agar dapat mengurangi perasaan kesepian dan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dimiliki.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak UPT Pelayanan Sosial Lansia Pasuruan karena telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di tempat tersebut. Selain itu peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada responden ibu dan bapak lansia karena telah bersedia memberi data sesuai kuesioner yang peneliti buat.

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. R. Kartika and N. Herlina, "Hubungan Antara Loneliness Dengan Perilaku Lansia: Literature Review," *Borneo Student Res.*, vol. 3, no. 1, pp. 76–85, 2021.
- [10] T. Prihatin, "Gambaran Loneliness Pada Lanjut Usia Di Masa Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Tegal Besar Kecamatan Kaliwates Jember." Universitas Muhammadiyah Jember, 2021.
- [11] A. Wulandari, "Gambaran Tingkat Kesepian Lanjut Usia Akibat Dampak Covid-19." Universitas Kusuma Husada, 2020.
- [12] Y. B. Mare, "Pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) sosialisasi terhadap tingkat kesepian pada lansia di Panti Werdha Hargodadali Surabaya." Widya Mandala Catholic University, 2015.
- [13] R. J. Utami, "Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Loneliness pada Para Lanjut Usia di Wisma Cinta Kasih Padang," *J. Ilm. Ilmu Terap. Univ. Jambi/ JIITUJ*, vol. 2, no. 2, pp. 121–127, 2018.
- [14] 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.
- [15] G. G. Abadi, "Gambaran Psychological Well-Being Pada Lansia Yang Rutin Melaksanakan Shalat Lima Waktu Di Mesjid Di Kota Pekanbaru." Universitas Islam Riau, 2021.
- [16] A. Fitriani, "Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being," *Al-Adyan J. Stud. Lintas Agama*, vol. 11, no. 1, pp. 57–80, 2016.
- [17] A. Prabowo, "Gratitude dan psychological wellbeing pada remaja," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 5, no. 2, pp. 260–270, 2017.
- [18] 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.
- [19] R. D. Ghaisani, "Hubungan Self Esteem dan Loneliness pada Remaja Akhir Pelaku Cybersex di Bandung.," 2016.
- [20] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet, 2016.
- [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] 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.
- [23] 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.
- [24] 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.
- [25] A. Rantepadang and A. Ben Gery, "Hubungan psychological well-being dengan loneliness," *Nutr. J.*, vol. 4, no. 1, pp. 59–62, 2020.
- [26] 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.
- [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] N. Nuraini, F. H. D. Kusuma, and W. Rahayu, "Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang," *Nurs. News J. Ilm. Keperawatan*, vol. 3, no. 1, 2018.
- [31] A. Ikasi and O. Hasanah, "Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesepian (Lonelinnes) Pada Lansia." Riau University, 2014.
- [32] I. P. Sari, L. A. Susumaningrum, H. Rasni, T. Susanto, and D. Kholida, "Hubungan Kesepian dengan Gangguan Pola Tidur pada Lansia Hipertensi dan Tidak Hipertensi di UPT PSTW Banyuwangi," *NERS J. Keperawatan*, vol. 18, no. 1, pp. 8–16, 2022.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.