

HUBUNGAN *SELF-ESTEEM* DENGAN TINGKAT KECENDERUNGAN KESEPIAN PADA LANSIA

Aimmatu Nur Azizah, Siti Azizah Rahayu
Fakultas Psikologi Dan Kesehatan
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self-Esteem* (harga diri) dan kesepian. Populasi dalam penelitian ini adalah para lansia yang tinggal di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan di Lamongan. Para lansia di tempat tersebut berjumlah 55 orang, yang terdiri dari 8 laki-laki dan 47 perempuan yang berusia kurang lebih 65 tahun. Metode pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan skala model likert untuk kedua variabel, analisis data menggunakan korelasi *sperman*. Hasil diperoleh harga koefisien korelasi sebesar -0,267 dengan signifikansi sebesar 0,147 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara *Self-Esteem* terhadap tingkat kecenderungan Kesepian pada Lansia.

Kata kunci : *Self-Esteem, Kesepian*

Abstract : This study aims to determine the relationship between *Self-Esteem* (self-esteem) and loneliness. The population in this study is the elderly who live in the Social Service "UPT of Elderly Social Services of Pasuruan in Lamongan. The elderly in these places amounted to 55 people, consisting of eight men and 47 women aged less than 65 years. Data collection method used in this study using a scale model of a Likert for both variables, data analysis using correlation of Spearman. Results obtained correlation coefficient of -0.267 with a significance of 0.147 which means there is no significant relationship between *Self-Esteem* against the tendency of loneliness in the elderly.

Keywords: *Self-Esteem, loneliness*

PENDAHULUAN

Masa lansia merupakan periode perkembangan terakhir hidup manusia. Masa lansia merupakan tahap terakhir dalam rentang kehidupan yang berkisar antara usia enam puluh tahun sampai usia tujuh puluh tahun (usia lanjut dini) dan usia tujuh puluh sampai akhir kehidupan (usia lanjut). Pada masa lansia ditandai dengan adanya beberapa perubahan serta penurunan. Perubahan dan penurunan itu mencakup hal yang bersifat psikologis, fisik, kognitif, emosi dan sosial. Dimana penurunan-penurunan ini akan mempengaruhi kehidupan lansia tersebut. Seperti halnya pada penurunan fungsi fisik dan penyakit yang diderita oleh lansia menyebabkan lansia membutuhkan orang lain untuk membantu dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Permasalahan lain dapat berasal dari aspek sosial dan aspek psikologis atau emosional. Seorang lansia akan banyak mengalami berbagai kehilangan seperti kehilangan financial dan pekerjaan, kehilangan status, kehilangan teman, kenalan atau relasi, serta kehilangan pasangan. Berbagai aspek negatif ini akan mendukung perubahan terhadap konsep diri lansia (Hurlock, 2002).

Menurut Marini (2009) kesepian sering terjadi pada lansia dimana keterpisahan menimbulkan permasalahan tersendiri bagi orang tua atau lansia. Kesepian akan semakin meningkat ketika pasangan hidup dari lansia meninggal dunia. Dan secara umum, kehilangan yang paling sulit yang dilalui adalah kehilangan pasangan hidup. Hal ini pun terjadi pada lansia yang tinggal di dalam panti werda atau panti jompo. Kebanyakan para lansia ini sudah tidak mempunyai pasangan hidup lagi. Hal ini akan mengakibatkan munculnya perasaan kesepian pada lansia tersebut.

Pendapat Burns (1988), kesepian terkait dengan harga diri (*self-esteem*) juga didukung dengan pernyataan Sawitri yakni individu yang kesepian cenderung menilai dirinya sendiri tidak berguna dan tidak bernilai. Individu ini biasanya merasa menjadi kurang berharga dan harga diri yang tidak optimal inilah yang membuat individu merasa kesepian, yang pada akhirnya individu tersebut merasa tidak nyaman berada dalam lingkungan dimanapun dia berada. Individu yang kesepian cenderung menyalahkan diri sendiri atas segala kekurangan mereka. Individu yang kesepian ini merasa yakin bahwa dirinyalah yang menjadi sumber dari masalah (Frankie & Prentice Dunn, dalam Santrock, 2002).

Ketika individu hidup sendirian hal ini bukan penyebab dari kesepian, dan jika mempunyai seseorang untuk dicintai bukan obat kesepian, serta tempat-tempat keramaian bukan penolong dari kesepian.

Lalu apakah perbedaan antara orang-orang yang kesepian dan yang tidak kesepian? Burns (1988) memberikan jawaban yakni; perbedaan yang hakiki adalah perasaan harga diri (*self-esteem*), lebih lanjut dikatakan bahwa suatu pemecahan untuk kesepian ialah belajar mencintai diri sendiri, sekali anda merasa bahwa anda merasa dicintai oleh orang lain maka kesepian akan menjadi sebuah kenangan belaka.

Orang yang berusia lanjut akan menjadi sangat rentan terhadap gangguan kesehatan, termasuk depresi yang disebabkan oleh stres dalam menghadapi perubahan-perubahan kehidupan yang berhubungan dengan apa yang disebut sebagai tahun emas. Perubahan kehidupan yang dimaksud antara lain adalah pensiun, penyakit atau ketidakmampuan fisik, penempatan dalam panti sosial, kematian pasangan, dan kebutuhan untuk merawat pasangan yang kesehatannya menurun. Pendapat tersebut, yang menyebutkan bahwa gangguan mental terbanyak yang dialami oleh lanjut usia yang tinggal di salah satu panti sosial di Cibubur adalah depresi, yaitu sebesar 20,2%. Gangguan depresi ditemukan kira-kira 25% pada lanjut usia yang ada di komunitas. Tingginya *stressor* dan peristiwa-peristiwa kehidupan yang tidak menyenangkan dapat menimbulkan kemungkinan lanjut usia mengalami kecemasan, kesepian, sampai pada tahap depresi. Santrock (dalam Andini, 2013) menyatakan bahwa kemungkinan lansia lebih banyak tinggal di institusi-institusi, hampir seperempat lansia atau 23% dari jumlah lansia tidak tinggal di rumah sendiri tetapi tinggal di institusi atau tempat pelayanan kesehatan.

Menurut Coopersmith (1996), ciri-ciri orang dengan harga diri tinggi menunjukkan perilaku-perilaku seperti mandiri, aktif, berani mengemukakan pendapat, dan percaya diri. Sedangkan seseorang dengan harga diri yang rendah menunjukkan perilaku seperti kurang percaya diri, cemas, pasif, serta menarik diri dari lingkungan. Penelitian yang dilakukan oleh Andini dan Supriyadi (2013) menemukan bahwa untuk menghindari harga diri yang rendah, lansia diharapkan dapat mempertahankan serta meningkatkan pikiran positif agar dapat melanjutkan kehidupan selanjutnya, saat lansia berada di dalam panti sosial. Andini dan Supriyadi melanjutkan bahwa dengan tetap berpikir positif kepada diri sendiri, orang lain dan lingkungan maka lansia akan dapat berinteraksi dengan baik dengan lansia lainnya serta tidak menjauhkan diri dari pergaulan baru di panti soaial, sehingga dapat mengurangi kesepian yang biasanya melanda para lansia yang tidak bisa menyesuaikan pada lingkungan barunya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dilihat bahwasannya penghargaan diri (*self-esteem*) ternyata berkaitan dengan kesepian yang terjadi pada lansia. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengkaji apakah ada korelasi antara *self esteem* dengan kecenderungan kesepian pada lansia di Dinas Sosial UPT pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan Lamongan.

Kesepian, Self Esteem, dan Lanjut Usia

Menurut Archibald, dkk (dalam Baron, 2005) kesepian (*loneliness*) adalah suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan lebih tidak memuaskan daripada yang diinginkan oleh orang tersebut. Individu yang tidak menginginkan teman bukanlah orang yang kesepian, melainkan seseorang yang menginginkan teman dan tidak memilikinyalah orang yang kesepian. Berbeda dengan pendapat Peplau & Perlman (dalam Baron, 2005 : 16) yang memandang kesepian adalah perasaan yang tidak menyenangkan dengan merangsang kecemasan subjektif, sehingga pengalaman yang dirasakan adalah hasil dari hubungan sosial yang tidak memadai.

Kesepian juga berarti adalah suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan sosial yang ada (Bruno, 2002). Menurut Brehm (2002) kesepian adalah perasaan kurang hubungan sosial yang diakibatkan ketidakpuasan dengan hubungan sosial yang ada. Fieldman (dalam Basuki, 2015) juga berpendapat bahwa kesepian adalah ketidakmampuan untuk mempertahankan tingkatan dari keinginan untuk berhubungan dengan orang lain. Kesepian juga didefinisikan sebagai perasaan kehilangan dan ketidakpuasan yang dihasilkan oleh ketidaksesuaian antara jenis hubungan sosial yang kita inginkan dan jenis hubungan sosial yang kita miliki. Orang yang kesepian cenderung untuk menjadi tidak bahagia dan tidak puas dengan diri sendiri, tidak mau mendengar keterbukaan intim dari orang lain dan cenderung membuka diri mereka baik terlalu sedikit atau terlalu banyak, merasakan kesia-siaan (*hopelessness*), dan merasa putus asa.

Menurut Sears (1994) perasaan kesepian tersebut dapat dibedakan kedalam dua tipe, (1) Kesepian Emosional (*Emotional Loneliness*), Kesepian ini terjadi karena tidak adanya figur kelekatan dalam hubungan intimnya, seperti anak yang tidak ada orang tuanya atau orang dewasa yang tidak memiliki pasangan atau teman dekat. Kesepian emosional dapat terjadi karena tidak adanya hubungan dekat dengan orang lain, kurangnya adanya perhatian satu sama lain. Jika individu merasakan hal

ini, meskipun dia berinteraksi dengan orang banyak dia akan tetap merasa kesepian. (2) Kesepian Situasional (*Situational Loneliness*), Kesepian ini terjadi ketika seseorang kehilangan integrasi sosial atau komunitas yang terdapat teman dan hubungan sosial. Kesepian ini disebabkan karena ketidakhadiran orang lain dan dapat diatasi dengan hadirnya orang lain.

Burns (1988) menyatakan bahwa kesepian terkait dengan pikiran-pikiran negative individu terhadap dirinya. Pikiran-pikiran negative itu adalah : Merasa terasing dan terkucil, merasa tidak mempunyai harapan, merasa rendah diri, merasa takut sendirian. Menurut Brehm (2002) ada empat hal yang menyebabkan seseorang mengalami kesepian yaitu, (1) ketidakadekuatan atau ketidakcocokan dalam hubungan yang dimiliki seseorang. Menurut Brehm hubungan seseorang yang tidak adekuat akan menyebabkan seseorang tidak puas akan hubungan yang dimiliki. Ada banyak alasan seseorang merasa tidak puas dengan hubungan yang tidak adekuat. (2) Terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan. Menurut Brehm kesepian juga dapat muncul karena terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan. Pada saat tertentu hubungan sosial yang dimiliki seseorang cukup memuaskan. Sehingga orang tersebut tidak mengalami kesepian. Tetapi disaat lain hubungan tersebut tidak lagi memuaskan karena orang itu telah merubah apa yang diinginkannya dari hubungan tersebut. (3) *Self-esteem* dan *Causal Attribution*, Kesepian berhubungan dengan *self-esteem* yang rendah. Orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial (misalnya berbicara didepan umum dan berada di kerumunan orang yang tidak dikenal). Dalam keadaan seperti ini orang tersebut akan menghindari kontak-kontak sosial tertentu secara terus menerus akibatnya akan mengalami kesepian. Selain itu orang yang menyatakan dirinya kesepian biasanya memandang diri mereka tidak layak dan tidak patut dicintai. (4) Perilaku Interpersonal, Perilaku interpersonal seseorang yang kesepian akan menyelidiki orang itu untuk membangun suatu hubungan dengan orang lain. Dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami kesepian, orang yang mengalami kesepian akan menilai orang lain secara negatif, mereka tidak begitu menyukai orang lain, tidak mempercayai orang lain, menginterpretasikan tindakan dan intensi (kecenderungan untuk berperilaku) orang lain secara negatif, dan cenderung memegang sikap-sikap yang bermusuhan.

Harga diri (*self-esteem*) menurut Blascovich & Tomaka (dalam Lubis, 2009) adalah pandangan individu terhadap nilai dirinya atau bagaimana seseorang menilai, mengakui, menghargai, atau menyukai dirinya. Definisi *self-esteem* juga paling banyak dipakai oleh Rosenberg yang menggambarkan *self-esteem* sebagai suatu sikap suka atau tidak suka terhadap diri sendiri. Sedangkan menurut Baron & Byrne (2005) harga diri merupakan objek dari kesadaran diri, evaluasi diri, dan merupakan penentu perilaku. Oleh karena itu, perilaku merupakan indikasi dari harga diri yang bersangkutan karena penghargaan diri akan muncul dalam perilaku yang dapat diamati.

Branden (dalam Gunarsa, 2009) menyatakan bahwa harga diri (*self-esteem*) adalah suatu aspek kepribadian yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang. Karena hal ini berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil bahkan pada nilai-nilai dan tujuan hidup seseorang yang memungkinkan manusia menikmati dan menghayati kehidupan, sehingga seseorang yang gagal memilikinya akan cenderung mengembangkan gambaran harga diri yang semu untuk menutupi kegagalannya. Maslow (dalam Sobur, 2011) berpendapat bahwa kebutuhan manusia sebagai pendorong (*motivator*) membentuk suatu hierarki atau jenjang peringkat. Pada awalnya, Maslow mengajukan hierarki lima tingkat yang terdiri atas kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta, penghargaan, dan mewujudkan jati diri. Dikemudian hari, ia menambahkan dua kebutuhan lagi, yaitu kebutuhan untuk mengetahui dan memahami, serta kebutuhan estetika. Salah satu dari kebutuhan tersebut adalah penghargaan diri *self-esteem*. Menurutnya harga diri (*self-esteem*) merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan perilaku individu. Kebutuhan akan penghargaan sering kali diliputi frustrasi dan konflik pribadi, karena yang diinginkan orang bukan saja perhatian dan pengakuan dari kelompoknya, melainkan juga kehormatan dan status yang memerlukan standar moral, sosial, dan agama.

Terdapat beberapa aspek-aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith (1996) mengenai *Self-Esteem*, diantaranya ialah 1) Keberartian Diri (*Significance*), Perasaan berarti yang dimiliki oleh individu akan bisa dilihat melalui perhatian dan kasih sayang yang ditunjukkan oleh lingkungan. 2) Kekuatan Individu (*Power*), Kemampuan individu untuk mempengaruhi, mengontrol, dan mengendalikan orang lain disamping mengendalikan dirinya sendiri. 3) Kompetensi (*Competence*), diartikan individu memiliki usaha yang tinggi untuk

meraih prestasi yang baik. 4) Ketaatan Individu dan kemampuan memberi contoh (*Virtue*), ketaatan individu terhadap aturan yang ada serta tidak melakukan tindakan yang menyimpang dari norma yang berlaku, serta mampu memberi contoh yang baik kepada orang lain.

Lanjut usia merupakan penambahan umur seseorang disertai dengan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan fungsi otot serta kekuatannya, laju denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh dan penurunan fungsi otak, tubuh tidak akan mengalami perkembangan lagi sehingga tidak ada peningkatan kualitas fisik (Hurlock, 2002). Menurut Tamher, (2009) lanjut usia adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Sebagaimana diketahui, ketika manusia mencapai usia dewasa, ia mempunyai kemampuan reproduksi dan melahirkan anak. Ketika kondisi hidup berubah, seseorang akan kehilangan tugas dan fungsi ini, dan memasuki masa selanjutnya yakni lanjut usia, kemudian mati. Bagi manusia yang normal, siapa orangnya, tentu telah siap menerima keadaan baru dalam setiap fase hidupnya dan mencoba menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungannya. Selain itu pada usia lanjut, orientasinya secara umum serta persepsinya terhadap ruang/tempat dan waktu juga mundur karena biasanya pandangannya juga mulai menyempit dalam berbagai hal

Masalah yang sering dihadapi oleh lansia yang tinggal di panti menurut Wreksoatmodjo (2013) adalah: a. Lansia yang tinggal di panti umumnya kurang merasa hidup bahagia, banyak lansia yang merasa kesepian tinggal di panti padahal banyak lansia atau penghuni panti di sekeliling mereka. b. Lansia yang tinggal di panti merasa sedih karena keterbatasan ekonomi, meskipun kebutuhan mereka sehari-hari terpenuhi. c. Lansia yang tinggal di panti tercukupi kebutuhan fisik (sandang, pangan, papan) namun mereka tetap merindukan dapat menikmati sisa hidupnya dengan tinggal bersama keluarga. d. Lansia yang tinggal di panti, pada umumnya adalah lansia terlantar yang jauh dari anak dan cucu, akan cenderung kurang dapat memaknai hidup, mereka menjalani hidup kurang semangat, merasa hampa atau kesepian, kurang memiliki tujuan yang jelas baik jangka pendek maupun jangka panjang, kurang bertanggung jawab terhadap diri sendiri, lingkungan, dan masyarakat. e. Lansia yang tinggal di panti cenderung merasa kurang bebas menentukan pilihan dalam hidupnya, mereka merasa tertekang, dan mereka merasa tidak dapat bertindak sesuai keinginannya. f. Para lansia yang tinggal di panti kurang beraktivitas,

baik aktivitas fisik maupun aktivitas kognitif dan juga kurang aktif berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat. g. Beberapa hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di panti lebih beresiko mengalami gangguan kognitif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dalam penelitian ini, peneliti mengidentifikasi dua variabel yang nantinya akan dicari hubungan antara keduanya. Adapun variabel tersebut adalah: *Independent Variabel* atau variabel bebas (x) dalam hal ini adalah *Self-Esteem* (Harga Diri), pandangan keseluruhan dari individu tentang dirinya atau penilaian individu terhadap kehormatan diri, dan menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten. dan *Dependent Variabel* atau variabel terikat (y) dalam hal ini adalah kesepian, merupakan suatu keadaan mental dan emosi yang diakibatkan atas kurangnya hubungan sosial yang ada sehingga menimbulkan perasaan terasing dan ketidakpuasan dengan hubungan sosial yang ada.

Populasi dalam penelitian ini adalah para lansia yang tinggal di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan di Lamongan. Para lansia di tempat tersebut berjumlah 55 orang, yang terdiri dari 8 laki-laki dan 47 perempuan termasuk lansia yang masih bisa beraktivitas maupun lansia yang sudah tua renta dan tidak bisa apa-apa, serta sudah berusia kurang lebih 65 tahun. Menurut Suharsimi (2009) penentuan pengambilan sampel sebagai berikut, apabila kurang dari 100, lebih baik diambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sedangkan populasi dalam penelitian ini terdapat 55 orang, oleh karena itu penelitian ini merupakan penelitian populasi yang mempunyai kriteria populasi sebagai berikut: 1) Lansia yang masih tinggal dan menetap di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan sebagai tempat penelitian. 2) Tidak memiliki gangguan komunikasi pada subjek, dalam hal ini mengenai komunikasi dengan peneliti bahwa subjek cukup lancar berbicara dan tidak ada kesan terbata-bata pada lidah subjek, ini tentu akan cukup memudahkan bagi kelanjutan penelitian. 3) Lansia yang berusia di atas 65 tahun. 4) Lansia yang masih bisa beraktivitas (aktif). 5) Lansia yang tidak mengalami sakit mental seperti gangguan jiwa. 6) Lansia yang tidak sedang dirawat di ruang Isolasi. Berdasarkan kriteria tersebut, peneliti mendapatkan 31 subjek untuk dijadikan subjek penelitian.

Metode pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode skala, skala self esteem dan skala kesepian. Metode skala yang digunakan penulis adalah skala *likert*. Menurut Sugiyono (2011) skala *likert* adalah skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang sosial.

Metode statistik yang digunakan yaitu tehnik analisis korelasi *Product Moment* yang merupakan analisis korelasi hubungan antar satu variabel dengan variabel lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	23	74,1 %
Laki-laki	8	25,8 %
Jumlah	31	100%

Tabel di atas dapat memberikan penjelasan bahwa berdasarkan jenis kelamin dari 31 subjek yang menjadi subjek dalam penelitian ini, persentase subjek yang berjenis kelamin perempuan sebesar 74,1 % dan subjek yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 25,8 %. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang bertempat tinggal di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan ini berjenis kelamin perempuan

Tabel 2. Responden berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
60-70 Tahun	5	16,1 %
71-80 Tahun	14	45,1 %
81-90 Tahun	6	19,3 %
90 Tahun ke atas	6	19,3 %
Jumlah	31	100%

Tabel di atas dapat memberikan penjelasan bahwa berdasarkan usia dari 31 subjek yang menjadi subjek dalam penelitian ini, persentase subjek yang berusia 60-70 Tahun sebesar 16,1 %, presentase subjek yang berusia 71-80 Tahun sebesar 45,1 %, presentase subjek yang berusia 81-90

Tahun sebesar 19,3 %, dan presentase subjek yang berusia 90 ke atas sebesar 19,3 %.

Tabel 3. Responden berdasarkan Lama Tinggalnya

Lama Tinggal	Jumlah	Persentase
15 Hari - 1 Bln	1	3,22 %
2 Bln - 5 Bln	2	6,45 %
5 Bln - 1 Tahun	7	22,5 %
1 Tahun - 2 Tahun	10	32,3 %
3 Tahun ke atas	11	35,5 %
Jumlah	31	100%

Tabel di atas dapat memberikan penjelasan bahwa berdasarkan lama tinggalnya di tempat tersebut dari 31 subjek yang menjadi subjek dalam penelitian ini, persentase subjek yang lama tinggalnya 15 Hari-1 Bulan sebesar 3,22 %, persentase subjek yang lama tinggalnya 2 Bln-5 Bln sebesar 6,45 %, persentase subjek yang lama tinggalnya 5 Bln-1 Tahun sebesar 22,5 %, persentase subjek yang lama tinggalnya 1 Tahun-2 Tahun sebesar 32,3 %, dan persentase subjek yang lama tinggalnya 3 Tahun ke atas sebesar 35,5 %.

Pada tabel-4 Deskripsi Statistik maka akan menggambarkan data sebagai berikut. Analisis pada variabel *Self-Esteem* dihasilkan N sebesar 31, dari 31 responden nilai terendah (minimum) 36 dan nilai tertinggi (maximum) adalah 52, nilai rata-rata (mean) sebesar 44.5806, dengan standart deviasi sebesar 4.06427. Sedangkan pada variabel Kesepian dihasilkan N sebesar 31, dari 31 responden nilai terendah (minimum) 30 dan nilai tertinggi (maximum) adalah 41, nilai rata-rata (mean) sebesar 35.7097, dengan standart deviasi sebesar 2.25379.

Tabel 4. Deskripsi statistik

	Jumlah	Terendah	Tertinggi	Rata-rata	Standart Deviasi
<i>Self-esteem</i>	31	36	52	44.5806	4.06427
Kesepian	31	30	41	35.7097	2.25379
Jumlah Valid	49				

Adapun hasil uji reliabilitas skala *Self-Esteem* dan skala Kecenderungan Kesepian adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach's	Jumlah Aitem
<i>Self-Esteem</i>	0.804	16
Kesepian	0.422	14

Pada tabel Uji Reliabilitas diketahui nilai Alpha Cronbach's pada variabel *Self-Esteem* sebesar 0.804 maka aitem yang digunakan penelitian ini reliabel dan pada variabel Kesepian nilai Alpha Cronbach's sebesar 0.422 maka aitem yang digunakan penelitian kurang reliabel. Karena semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,000 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 maka semakin rendah pula reliabilitasnya.

Dalam penelitian ini, peneliti awalnya menggunakan analisa korelasi *Product Moment*, namun karena tidak memenuhi asumsi atau prasyarat (Uji Normalitas dan Uji Linieritas) sebelum menggunakan analisa korelasi *Product Moment*, maka peneliti menggunakan analisa korelasi *Spearman*. Hal tersebut dikarenakan data yang digunakan adalah data nonparametrik. Teknik penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan diantara dua variabel yaitu variabel *self-esteem* sebagai variabel bebas dan variabel kesepian sebagai variabel terikatnya. Dan uji korelasi *Spearman* ini merupakan uji korelasi yang datanya berbentuk data ordinal atau berjenjang (*rangking*) dan bebas berdistribusi.

Sebelum melakukan analisa data, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis. Uji prasyarat analisis diperlukan guna untuk mengetahui apakah analisa data untuk pengujian hipotesis dapat dilanjutkan atau tidak. Uji prasyarat meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari setiap variabel penelitian bervariasi atau berdistribusi secara normal atau tidak. Pengujian normalitas data ini dilakukan dengan menggunakan uji *Komolgorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS 16.0. *for windows*. Dengan kaidah apabila signifikansi $> 0,05$ dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Sebaliknya jika signifikansi $< 0,05$ maka dikatakan data tidak normal. Hasil uji normalitas dari kedua variabel dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

	Unstandarized Predicted Value
N	31
Normal Parameters a.b	
Mean	357.096.774
Std. Deviation	.59686174
Most Extreme Differences	Absolute
Positive	.154
Negative	-.096
Kolmogorov Smirnov Z	.857
Asymp. Sig. (2-tailed)	.454

Uji Normalitas menggunakan pendekatan *Kolmogorov-Smirnov* ini juga untuk mengetahui apakah sebaran normal atau tidak. Kaidah yang digunakan ialah jika $P > 0,05$, maka sebaran dapat dikatakan normal dan sebaliknya jika $P < 0,05$, maka sebaran dapat dikatakan tidak normal. Dari hasil didapat $P = 0,454 > 0,05$ maka dapat dikatakan model regresi ini memenuhi asumsi normalitas.

Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui apakah variabel *Self-Esteem* dengan kecenderungan kesepian mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah jika $p > 0,05$ maka hubungannya tidak linier, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka hubungannya linier.

Tabel 6. Hasil Uji Linieritas

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesepian*Selfesteem					
Between Groups					
(Combined)	103.304	12	8.609	3.157	.014
Linierity	10.687	1	10.687	3.919	.063
Deviation from Linierity	92.616	11	8.420	3.088	.017
Within Groups	49.083	18	2.727		
Total	152.387	30			

Berdasarkan uji linieritas hubungan dengan hubungan yang menggunakan tekhnis analisis regresi tersebut diperoleh nilai F hitung sebesar 3,08 lebih besar dari F tabel yakni 2,34, dengan signifikansi 0,017 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang tidak linear secara signifikan antara variabel *self-esteem* dengan variabel kesepian.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode korelasi *Spearman* untuk menguji hubungan antara variabel X, yaitu variabel *Self-Esteem* dengan variabel Y, yaitu variabel Kesepian. Setelah dilakukan uji terhadap suatu distribusi data, dan data terbukti data yang diuji bebas berdistribusi, maka metode yang digunakan nonparametrik. Pada penelitian ini menggunakan uji nonparametrik yaitu Korelasi *Spearman*. Adapun hasil analisis uji hipotesis menggunakan program SPSS, sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi *Spearman*

		Kesepian	Selfesteem
Spearman's rho	Kesepian	Correlation	
	Coefficient		-.267
		Sig. (2-tailed)	1.000
	N		31
Selfesteem	Correlation		
	Coefficient	-.267	1.000
		Sig. (2-tailed)	.147
	N	31	31

Berdasarkan tabel di atas diperoleh harga koefisien korelasi sebesar -0,267 dengan signifikansi sebesar 0,147. Berdasarkan data tersebut dapat dilakukan hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansinya. Berdasarkan tabel di atas dari 31 subjek didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,147 karena signifikansi > dari 0,05 maka H_0 diterima. Artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara *Self-Esteem* terhadap tingkat kecenderungan Kesepian pada Lansia.

Karena memang uji korelasi *Spearman* ini dapat menghasilkan korelasi yang bersifat positif (+) dan negatif (-). Jika korelasinya positif (+) maka hubungan kedua variabel bersifat searah (berbanding lurus), yang berarti semakin tinggi nilai variabel bebas maka semakin tinggi pula nilai variabel terikatnya, dan sebaliknya. Jika korelasinya negatif (-) maka hubungan kedua variabel bersifat tidak searah (berbanding terbalik), yang berarti semakin tinggi nilai variabel bebas maka semakin rendah

nilai variabel terikatnya, dan sebaliknya. Berdasarkan tabel di atas diperoleh harga koefisien korelasi sebesar $-0,267$, yang menunjukkan korelasi negatif sehingga hubungan kedua variabel bersifat tidak searah (berbanding terbalik), yang semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah kecenderungan kesepiannya.

PEMBAHASAN

Dari hasil uji analisis data menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara variabel bebas dan variabel terikatnya, yaitu tidak adanya hubungan antara *self-esteem* terhadap tingkat kecenderungan kesepian pada lansia di Dinas Sosial “UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan” di Lamongan ini. Hal ini dibuktikan dengan menggunakan analisis statistik yaitu Analisis Korelasi *Spearman*, dengan melihat nilai signifikansi sebesar $0,147$ dimana nilai signifikansi $> 0,05$. Karena signifikansinya $> 0,05$ maka, H_0 diterima berarti tidak terdapat hubungan antara *self-esteem* terhadap tingkat kecenderungan kesepian pada lansia di Dinas Sosial “UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan” di Lamongan ini. Selain itu juga menghasilkan harga koefisien korelasi sebesar $-0,267$ maka semakin rendah korelasinya berarti semakin lemah korelasi kedua variabel. Dimana dapat menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* semakin rendah kecenderungan kesepian pada lansia tersebut, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self-esteem* semakin tinggi kecenderungan kesepian pada lansia tersebut.

Kesepian merupakan suatu keadaan mental dan emosi yang diakibatkan atas kurangnya hubungan sosial yang ada sehingga menimbulkan perasaan terasing dan ketidakpuasan dengan hubungan sosial yang ada. Orang yang kesepian cenderung untuk menjadi tidak bahagia dan tidak puas dengan diri sendiri, tidak mau mendengar keterbukaan intim dari orang lain dan cenderung membuka diri mereka baik terlalu sedikit atau terlalu banyak, merasakan kesia-siaan (*hopelessness*), dan sering merasa putus asa.

Harga diri (*self-esteem*) adalah pandangan keseluruhan dari individu tentang dirinya atau penilaian individu terhadap kehormatan diri, dan menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten. Perilaku merupakan indikasi dari harga diri yang bersangkutan karena penghargaan diri akan muncul dalam perilaku yang dapat diamati. Setiap orang menginginkan penghargaan yang positif terhadap dirinya,

sehingga seseorang akan merasakan bahwa dirinya berguna atau berarti bagi orang lain meskipun dirinya memiliki kelemahan baik secara fisik maupun secara mental. Terpenuhinya keperluan penghargaan diri akan menghasilkan sikap dan rasa percaya diri, rasa kuat menghadapi sakit, rasa damai, namun sebaliknya apabila keperluan penghargaan diri ini tidak terpenuhi, maka akan membuat seorang individu mempunyai mental yang lemah dan berpikir negative.

Dalam penelitian ini tidak terdapat hubungan *self-esteem* terhadap tingkat kecenderungan kesepian pada lansia. Kecenderungan kesepian pada lansia ini dapat disebabkan oleh banyak faktor yang dapat mempengaruhinya selain *self-esteem*. Menurut Brehm ada empat hal yang menyebabkan seseorang mengalami kesepian, adalah Ketidakadekuatan atau ketidakcocokan dalam hubungan yang dimiliki seseorang, terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan, *Self-esteem* dan Causal Attribution, Perilaku Interpersonal.

Diantaranya ada ketidakcocokan atau ketidakadekuatan dalam hubungan yang dimiliki seseorang. Menurut Brehm hubungan seseorang yang tidak adekuat akan menyebabkan seseorang tidak puas akan hubungan yang dimiliki. Ada banyak alasan seseorang merasa tidak puas dengan hubungan yang tidak adekuat. Karena kondisi di tempat tersebut banyak perkumpulan para lansia, otomatis banyak berbagai karakter antara satu lansia dengan lansia yang lainnya tidak memungkirkan akan merasa cocok dan tidak cocok dalam berhubungan sosial. Selain itu terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan yang disebabkan karena perubahan mood seseorang, perubahan usia, serta perubahan situasi yang didukung dengan keadaan para lansia yang jauh dari sanak keluarga, permasalahan masa lalu yang masih terpendam dan belum terselesaikan dengan hal itu akan menyebabkan rasa tertekan sehingga para lansia yang tidak bisa menyikapi dengan baik maka ia akan merasa minder dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Para lansia yang mengalami kebosanan dengan kegiatan yang monoton setiap harinya membuat tidak adanya semangat hidup dan merasa tidak berarti. Ditelantarkan oleh keluarga menjadi penyebab kesepian yang dirasakan oleh orang lansia. Oleh sebab itu orang lansia mengambil jalan masuk di tempat pelayanan sosial lanjut usia ini, namun yang terjadi kondisi diperparah oleh situasi yang berada di tempat pelayanan sosial lanjut usia tersebut. Durkheim menyebutnya sebagai kondisi anomie, kondisi anomie yang dialami orang lansia terjadi karena mereka merasa tidak dipentingkan keberadaannya yang

kemudian memunculkan perasaan kehilangan peran dalam kelompok sosialnya di sekitarnya.

Selain itu, terdapat data-data yang menjelaskan responden berdasarkan jenis kelamin, usia, dan lama tinggal di panti sosial tersebut. Yang dapat menggambarkan dan menunjukkan bahwasannya terdapat banyak faktor-faktor penyebab kesepian.

Hal ini sesuai dengan pendapat Martin and Osborn (2008: 87) terdapat tiga faktor penyebab terjadinya kesepian pada lansia yakni faktor psikologis, faktor kebudayaan, dan situasional (jenis kelamin, tingkat pendidikan, motivasi, dukungan keluarga). Hal ini menunjukkan bahwasannya perbedaan gender juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi psikologis lansia, sehingga akan berdampak pada bentuk adaptasi yang digunakan. Bagi perempuan masalah penyesuaian diri dengan menjanda seringkali terasa sulit.

Ditinjau dari segi usia sebagian besar responden yang bertempat tinggal di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan ini berusia 71-80 Tahun. Hal ini sesuai dengan pendapat Brehm bahwa salah satu faktor penyebab kesepian adalah perubahan usia. Karena pada dasarnya segala usia dapat mengalami kesepian baik tua maupun remaja (Sears, 1994: 215). Seiring bertambahnya usia, perkembangan seseorang membawa berbagai perubahan yang akan mempengaruhi harapan atau keinginan orang itu terhadap suatu hubungan.

Sementara jika dikaitkan dengan lama tinggal, sebagian besar responden yang bertempat tinggal di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan ini lama tinggalnya selama 3 Tahun ke atas. Hal ini sesuai dengan pendapat Martin and Osborn (2008: 87) terdapat tiga faktor penyebab terjadinya kesepian pada lansia yakni faktor psikologis, faktor kebudayaan, dan situasional (jenis kelamin, tingkat pendidikan, motivasi, dukungan keluarga). Sementara itu, sebagian besar responden yang bertempat tinggal di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan ini lama tinggalnya selama 3 Tahun ke atas, hal ini tidak memungkiri para lansia yang semakin bertambah usia dan lama berada di tempat panti sosial yang jauh dari sanak keluarganya ini, timbul perasaan takut akan situasi lingkungan tersebut, dari segi mental emosional muncul perasaan pesimis, merasa terancam akan timbulnya penyakit sehingga takut ditelantarkan karena tidak berguna lagi, termasuk perasaan sedih, rasa bersalah, kegelisahan, kemarahan, depresi, ketidakberdayaan, kesepian,

dan penyesalan tentang suatu hubungan dengan orang yang telah meninggal. Selain itu dengan lamanya lansia berada di tempat panti sosial tersebut banyak lansia yang merasakan hidup di tengah-tengah orang lansia lain, sebagai suatu kehidupan yang tertutup dari dunia luar. Dan juga tempat dimana banyak tinggal para lansia, sering muncul stigma negative, terkadang tempat ini juga disamakan sebagai tempat tinggal terakhir, tempat dengan lingkungan kelabu, dan perkampungan para lansia.

Selain banyak faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian pada lansia tersebut, pada penelitian ini merupakan penelitian populasi yang hanya menggunakan 31 subjek di instansi tersebut, sehingga para lansia yang berada di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan ini mengalami kesepian ini tidak disebabkan karena *self-esteem* yang menjadi faktor penyebab utama, melainkan banyak faktor yang telah dijelaskan di atas. Berarti peneliti ini mengalami kesalahan persepsi bahwasannya para lansia di Dinas Sosial "UPT Pelayanan Lanjut Usia Pasuruan" di Lamongan ini tidak mengalami kesepian yang diakibatkan oleh *self-esteem* melainkan banyak faktor yang mempengaruhinya.

KESIMPULAN

Pada penelitian ini banyak kelemahan yang dimiliki oleh peneliti diantaranya mungkin kurang cermatan dalam membuat aitem sehingga banyak bahasa yang masih belum bisa dipahami saat penelitian berlangsung, meskipun peneliti sudah membantu dan menjelaskan aitemnya satu-persatu pada para lansia tersebut tetapi mungkin saja terjadi kesalahpahaman maupun ketidakjelasan dari masing-masing aitem, serta perlu adanya penimbangan dalam pemilihan penggunaan instrument. Selain itu karena penelitian ini merupakan penelitian populasi yang hanya menggunakan 31 subjek sehingga hasil akhir tidak mempunyai korelasi atau hubungan antar variabel yang diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, S. 2013. *Hubungan antara berpikir positif dengan harga diri pada lansia yang tinggal di panti jompo di Bali.*: Fakultas Psikologi Universitas Udayana (Vol. 1)
- Azwar, S. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta : Pustaka Belajar

- Baron, R. A & Bryne, D. 2005. *Psikologi Sosial*. Jilid I. Edisi kesepuluh. Jakarta : PT. Erlangga.
- Baron, R. A & Bryne, D. 2005. *Psikologi Sosial*. Jilid II. Edisi kesepuluh. Jakarta : PT. Erlangga.
- Basuki, W. 2015. *Faktor-faktor penyebab kesepian terhadap tingkat depresi pada lansia penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda*. Samarinda : Universitas Mulawarma (Vol. 04)
- Burns, D. D. 1988. *Mengapa Kesepian (Program Baru yang Telah Diuji secara Klinis untuk Mengatasi Kesepian)*. Jakarta : Erlangga
- Brehm, S., 2002. *Intimate Relationship*. New York. Mc. Graw Hill
- Bruno, F. J. 2002. *Conguer Loneliness, menaklukan Kesepian*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Coopersmith dalam Rom Harre & Rogger Lamb. 1996. *Ensiklopedia Psikologi*. Jakarta : Arcan
- Gunarsa, S.D .2009. *Dari Anak sampai Usia Lanjut :Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Gunung Mulia
- Hurlock, B. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Edisi Kelima. Jakarta : Erlangga
- Lubis, Namora, Dr. 2009. *Depresi (Tinjauan Psikologi)*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Marini, L. Hayati, S. 2009. *Pengaruh Dukunga Sosial terhadap Kesepian pada Lansia di Perkumpulan Lansia Habibi dan Habibah*. Medan : Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara.
- Martin, O. 2008. *Psychology Adjusment and Everyday Living*. New Jersey
- Maryam, R. 2008. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika
- Nauli, F. Dkk. 2014. *Hubungan Keberadaan Pasangan Hidup dengan Harga Diri pada Lansia*. Riau : Universitas Riau (Vol. 2)
- Nasution. 1996. *Metode Research*. Jakarta : Bumi Aksara
- Palamina. S. dkk. 2012. *Pengaruh bimbingan mental untuk meningkatkan self-esteem pada lanjut usia depresi di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya*. Surabaya Fakultas Kesehatan Masyarakat. (Vol. 1)
- Putri, R. 2013. *Kesepian pada orang lanjut usia di pondok sosial*. Surabaya : Universitas Negeri Surabaya. (Vol. 01)

- Potter & Perry. 2005. *Fundamental Keperawatan*. Jakarta : EGC (Vol. 1)
- Ratri, Dinie. 2012. *Hubungan self-esteem dengan penyesuaian diri terhadap masa pension pada pensiunan Perwira Menengah TNI AD*. Diponegoro : Universitas Diponegoro. (Vol. 7)
- Santrock, J.W. 2002. *Life Span Development*. Eight edition. New York : Mc Graw-Hill Companies.
- Sears, F & Peplau. 1994. *Psikologi Sosial, Jilid II*. Jakarta : Erlangga
- Sobur, Alex, Drs. M.Si., 2011. *Psikologi Umum*. Bandung : CV. PUSTAKA SETIA
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Suharsimi, A. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Aksara Bumi
- Sutrisno, H. 1991. *Statistik Jilid II*. Yogyakarta : Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM
- Tamher, S., dr., 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Stevens. 1999. *Ilmu Keperawatan*. Jilid 2. Jakarta : EGC
- Wreksoatmodjo, B.R. 2013. *Perbedaan Karakteristik Lanjut Usia yang Tinggal di keluarga dengan yang tinggal di panti di Jakarta Barat*. Jakarta : Fakultas Kedokteran bagian Neurologi, Universitas Atmajaya, Jakarta, Indonesia (Vol. 40 No. 10)
- Yunianti. M, dkk. 2015. *Hubungan antara self-esteem dengan kesiapan pension pada Perwira Menengah TNI AL*. Malang : Universitas Brawijaya Malang