

Hubungan harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang

Eva Yulianda

Stikes Panti Waluya, Malang

Korespondensi Penulis: Eva Yulianda. *Email: evayyy233@gmail.com

Abstract

Background: Self-esteem is a risk factor for psychosocial problems in the elderly that cause low self-esteem. Low self-esteem occurs due to the loss of social status, power, role in life, work and results in the elderly feeling useless, helpless, feeling guilty, feeling hopeless which then causes psychological problems in the form of loneliness.

Purpose: To identifying the relationship between self-esteem and the level of loneliness of the elderly in LKS LU Pangesti Lawang.

Method: The study uses a correlational descriptive method with a cross sectional approach. The research sample was 30 elderly respondents who had been selected using the purposive sampling technique. Data collection was carried out through filling out questionnaires, and data analysis was carried out univariate and bivariate with the Spearman correlation test through the SPSS 25 program.

Results: The results of the study showed that out of 30 respondents, 64.3% (18 elderly) experienced low self-esteem and 60.0% (18 elderly) experienced moderate loneliness. The results of the statistical test obtained a value of $p = 0.00 < 0.05$.

Conclusion: There is a relationship between self-esteem and the level of loneliness in the elderly, as evidenced by the significance value of $p\text{-value} = 0.00$ where $p < 0.05$, which means there is a relationship between self-esteem and the level of loneliness in the elderly.

Keywords: Elderly; Loneliness Level; Self-Esteem.

Pendahuluan: Harga diri merupakan faktor resiko terjadinya masalah psikososial pada lansia yang menyebabkan terjadinya harga diri rendah. Harga diri rendah terjadi karena kehilangan status sosial, kekuasaan, peran dalam kehidupan, pekerjaan dan mengakibatkan lansia merasa tidak berguna, tidak berdaya, merasa bersalah, merasa putus asa yang kemudian menimbulkan masalah psikologis berupa kesepian.

Tujuan: Untuk mengidentifikasi hubungan antara harga diri (*self esteem*) dengan tingkat kesepian lansia di LKS LU Pangesti Lawang.

Metode: Deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 30 responden lansia yang sudah dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data melalui pengisian kuesioner, dan dilakukan analisa data secara univariat dan bivariat dengan uji korelasi *Spearman* melalui program SPSS 25.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan dari 30 responden didapatkan sebanyak 64.3% (18 lansia) mengalami harga diri rendah dan 60.0% (18 lansia) mengalami kesepian pada tingkat sedang. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0.00 < 0.05$.

Simpulan: Terdapat hubungan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia yang dibuktikan dengan nilai signifikansi $p\text{-value} = 0.00$ dimana $p < 0.05$ yang artinya ada hubungan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia.

Kata kunci: Harga diri; Lansia; Tingkat kesepian.

PENDAHULUAN

Harga diri pada lansia merupakan suatu hal yang mencerminkan rasa dihormati, diterima, diakui dan nilai bagi lansia yang diperoleh dari orang lain (Sutanto & Suwartono, 2019). Harga diri merupakan faktor resiko terjadinya masalah psikososial pada lansia, terutama lansia yang kurang mendapatkan dukungan maupun perhatian dari orang-orang terdekatnya dan menyebabkan terjadinya harga diri rendah (Maulana, Hendrawati, Amira, & Senjaya,

2022). Lansia yang mengalami harga diri rendah cenderung memiliki perasaan malu, kurang percaya diri, minder, tidak berguna, tidak mampu, dan selalu menarik diri (Purba, Veronika, Ambarita, & Sinaga, 2022). Harga diri rendah pada lansia dapat terjadi karena kehilangan status sosial, kekuasaan, peran dalam kehidupan, pekerjaan dan mengakibatkan lansia merasa tidak berguna, tidak berdaya, merasa bersalah dan merasa putus asa dan menimbulkan

Hubungan harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang

masalah psikologis berupa kesepian (Aryati & Fatimah, 2024).

Kesepian merupakan permasalahan yang dialami oleh individu, yang terjadi karena ketidaksesuaian hubungan interpersonal dengan harapan yang telah dibentuk sehingga menjadi pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan seperti rasa sedih, merasa tidak berdaya dan merasa putus asa (Noor & Merijanti, 2020). Kesepian akan menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan, maupun perasaan ditelantarkan yang seringkali dirasakan oleh lansia (Astutik, 2019). Berdasarkan penelitian lain di Amerika Serikat didapatkan bahwa sebanyak 26% orang yang berusia > 60 tahun mengalami gangguan harga diri rendah (Novianti, Mundayat, Hadiyati, & Pratama, 2023). Hasil survey dari berbagai dunia diperoleh rata-rata tingkat kesepian yang dialami lansia 13.5% dengan perbandingan pria dan wanita 14.1 : 8.5 (Christina & Helsa, 2022). Sebagian besar lansia yang tinggal dipanti mengalami kesepian tingkat rendah sebesar 5.9%, kesepian tingkat sedang 5.9% dan kesepian berat sebesar 83.8% (Setiarsih & Syariyanti, 2020). Mayoritas responden yang mengalami kesepian seringkali merasakan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan dan adanya perasaan di telantarkan.

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 6 lansia di LKS LU Pangesti Lawang, didapatkan data 1 lansia mengatakan selama berada di panti tidak pernah merasa kesepian karena memiliki teman. Sedangkan 5 dari 6 lansia mengatakan sering merasa kesepian karena ketidakcocokan dengan lingkungan sekitarnya, dan sering merasa ditelantarkan karena telah di titipkan di LKS LU Pangesti Lawang. Hal tersebut menunjukkan bahwa rendahnya penerimaan diri yang dimiliki oleh lansia sehingga menyebabkan lansia merasa terasingkan yang berdampak pada harga diri lansia dan menyebabkan terjadinya kesepian (Fitriana, Lestari, & Rahmayanti, 2021). Hubungan kesepian dengan harga diri lansia di Desa Sumbersecang Probolinggo didapatkan hasil bahwa mayoritas responden yang

mengalami kesepian adalah responden dengan harga diri rendah (Febrianti, Yunita, & Rahmat, 2023). Terdapat hubungan antara harga diri dengan kesepian pada lansia, dimana kesepian terjadi karena ketidaksesuaian antara hubungan interpersonal dengan harapan sehingga menjadi pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan yang dialami oleh lansia (Lubis, 2022).

METODE

Penelitian kuantitatif dengan metode penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di LKS LU Pangesti Lawang pada bulan Juni 2024. Sampel penelitian berjumlah 30 responden lansia dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: lansia yang bersedia menjadi responden, lansia yang mampu berkomunikasi, dan lansia dengan kesadaran composmentis. Kriteria eksklusi: lansia tuna rungu dan wicara; lansia yang sedang sakit; lansia yang menolak untuk menjadi responden.

Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner *Rosenberg Self Esteem Scale* untuk menilai harga diri lansia dan kuesioner *UCLA LONELINESS* untuk menilai tingkat kesepian lansia dengan analisa data menggunakan uji korelasi Spearman. Analisis data unvariat dilakukan untuk mendeskripsikan data mengenai karakteristik masing-masing data yang diteliti, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk menjelaskan hubungan dari harga diri (*self-esteem*) dengan tingkat kesepian lansia.

Indikator harga diri dilihat dari hasil kuesioner, jika jawaban responden >5 dikatakan tinggi dan jika <5 dikatakan rendah. Indikator tingkat kesepian dilihat dari jawaban kuesioner jika nilai <3 maka dikatakan tidak, jika nilai antara 3-5 dikatakan sedang, dan jika nilai >5 dikatakan tinggi. Penelitian ini telah lulus uji etik dari komite etik penelitian Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo dengan nomor 100/KEPK-UNHASA/2024.

HASIL**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (N=30)**

Variabel	Hasil
Usia (Mean±SD)(Rentang) (Tahun)	(73.5±15.5)(58-69)
58 - 69	9/30.0
70 - 78	10/33.3
80 - 89	11/36.7
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	14/46.7
Perempuan	16/53.3
Agama (n/%)	
Kristen	11/36.7
Katolik	13/43.3
Konghucu	3/10.0
Buddha	1/3.3
Islam	2/6.7
Harga Diri (n/%)	
Tinggi	12/40.0
Rendah	18/60.0
Tingkat Kesepian (n/%)	
Tidak	1/3.3
Sedang	11/36.7
Tinggi	18/60.0

Berdasarkan tabel 1, rata-rata usia responden adalah 73.5 tahun dengan standar deviasi 15.5 tahun, rentang usia responden adalah 58-89 tahun, dengan usia termuda adalah 58 tahun dan usia tertua adalah 89 tahun. Mayoritas usia responden adalah 80-89 tahun sebanyak 11 responden (36.7%). Jenis kelamin responden mayoritas adalah perempuan sebanyak 16 responden (53.3%). Mayoritas responden lansia beragama Katolik yaitu sebanyak 13 lansia (43.3%). Lansia mengalami harga diri rendah yaitu sebanyak 18 lansia (60.0%). Mayoritas responden lansia mengalami kesepian pada tingkat tinggi yaitu sebanyak 18 lansia (60.0%).

Tabel 2. Hubungan Harga Diri (Self Esteem) dengan Tingkat Kesepian pada Lansia

Harga Diri	Kesepian			p-value
	Tidak	Rendah	Sedang	
Tinggi	1	11	0	0.00
Rendah	0	0	18	

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil hubungan antara harga diri (*self esteem*) dengan tingkat kesepian lansia yaitu *p value* = 0.00 dengan tingkat signifikan $p < 0.05$ sehingga didapatkan H1 diterima dan H0 ditolak yang artinya terdapat hubungan antara harga diri (*self esteem*) dengan tingkat kesepian pada lansia.

PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara harga diri (*self esteem*) dengan tingkat kesepian pada lansia dengan *p-value*=0.00 < 0.05. Dari total 30 responden penelitian, harga diri dan tingkat kesepian lansia memiliki nilai korelasi (-803) yang artinya terdapat hubungan yang sangat kuat. Harga diri rendah dan kesepian yang dialami oleh lansia terjadi karena beberapa faktor yang mempengaruhinya salah

Eva Yulianda

Stikes Panti Waluya, Malang

Korespondensi Penulis: Eva Yulianda. *Email: evayyy233@gmail.com

Hubungan harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang

satunya adalah pikiran-pikiran negatif lansia terhadap dirinya, yang dibuktikan dari hasil wawancara dengan menggunakan kuesioner, dimana 18 lansia mengatakan sering merasa ditinggalkan, sering merasa tidak ada seseorang yang bisa dimintai tolong dan sering merasa tidak ada satupun orang yang mengenalinya dengan baik (Amaheka & Christiana, 2019). Lansia dengan harga diri rendah cenderung mudah mengalami kesepian, dimana kesepian tersebut terjadi karena pikiran-pikiran negatif lansia terhadap dirinya (Liyonovitasari, 2022).

Berdasarkan hasil uji statistik, ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia. P value yang lebih kecil dari 0.05 menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H1) diterima, yang berarti harga diri yang rendah berhubungan langsung dengan tingkat kesepian yang tinggi (Fazriyani & Mubin, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa ketika seorang lansia memiliki harga diri yang rendah, ia cenderung merasa lebih kesepian, merasa terisolasi, dan kurang mendapatkan dukungan sosial (Atmojo & Purbaningrum, 2021). Fenomena ini dapat dipahami melalui teori psikologi yang menunjukkan bahwa harga diri yang rendah dapat mengurangi rasa keterhubungan seseorang dengan orang lain (Fitria, 2021). Lansia yang merasa tidak berharga mungkin lebih enggan untuk berinteraksi dengan orang lain atau lebih sering merasa bahwa orang lain tidak peduli dengan keberadaan mereka. Akibatnya, mereka lebih rentan terhadap perasaan kesepian (Banon, Rakhmawati, Hidayat, Sudrajat, Suratun, & Hartini, 2022).

Hal ini memiliki implikasi penting dalam upaya meningkatkan kualitas hidup lansia. Intervensi yang dirancang untuk meningkatkan harga diri lansia, seperti program pemberdayaan, dukungan sosial, atau terapi psikologis, dapat membantu mengurangi perasaan kesepian (Anggeria, Silalahi, Halawa, Hanum, & Nababan, 2023). Memberikan kesempatan bagi lansia untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial, mengakui kontribusi mereka, dan menghargai mereka sebagai individu yang masih memiliki nilai dan potensi dapat meningkatkan harga diri mereka (Komalasari & Yulia, 2020).

Pendampingan sosial, seperti program kunjungan atau kelompok dukungan bagi lansia, bisa menjadi salah satu cara untuk mengurangi kesepian mereka (Munandar, Hadi, & Ardiyani, 2017). Melalui pendekatan yang memperhatikan aspek psikologis, fisik, dan sosial, kita dapat membantu lansia merasa lebih dihargai dan terhubung dengan masyarakat sekitarnya (Zella, Dewi, & Prasetya, 2021). Adanya

hubungan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia (Ningsih & Setyowati, 2020). Kesepian yang dialami oleh lansia seringkali berhubungan dengan pikiran negatif seperti merasa terasing, terkucilkan, merasa tidak mempunyai harapan yang kemudian menyebabkan penurunan harga diri. Tingkat kesepian secara signifikan berhubungan erat dengan harga diri lansia (Melyza & Agus, 2021).

SIMPULAN

Harga diri berhubungan erat dengan tingkat kesepian yang dialami oleh lansia, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi baik untuk pihak panti maupun untuk peneliti selanjutnya sebagai upaya untuk mencegah terjadinya masalah pada lansia yang berhubungan dengan harga diri dan kesepian. Terdapat hubungan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia yang dibuktikan dengan nilai signifikansi $p\text{-value} = 0.00$ dimana $p < 0.05$ yang artinya ada hubungan antara harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaheka, B. G. A., & Christiana, S. H. (2019). Self-esteem dan hardiness sebagai prediktor successful aging lansia yang tinggal sendiri. *MEDIAPSI*, 5(1), 30-39.
- Anggeria, E., Silalahi, K. L., Halawa, A., Hanum, P., & Nababan, T. (2023). *Konsep Kebutuhan Dasar Manusia*. Deepublish.
- Aryati, D. P., & Fatimah, S. (2024). Hubungan Kesepian dengan Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(1), 18-26.
- Astutik, D. (2019). *Hubungan kesepian dengan psychological well-being pada lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Atmojo, B. S. R., & Purbaningrum, M. A. (2021). Literature review: penerapan latihan kemampuan positif terhadap peningkatan harga diri rendah pada klien yang mengalami skizofrenia dengan gangguan konsep diri harga diri rendah. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(1), 55-62.

Eva Yulianda

Stikes Panti Waluya, Malang

Korespondensi Penulis: Eva Yulianda. *Email: evayyy233@gmail.com

Hubungan harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang

- Banon, E., Rakhmawati, I., Hidayat, E., Sudrajat, A., Suratun, S., & Hartini, T. (2022). Terapi Kelompok Life Review Efektif dalam Meningkatkan Harga Diri Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 224-233.
- Christina, M., & Helsa, H. (2022). Hubungan antara Mattering to Peers dengan Kesepian pada Dewasa Awal. *Psibernetika*, 15(1).
- Fazriyani, G. Y., & Mubin, M. F. (2021). Peningkatan harga diri pada pasien gangguan konsep diri: harga diri rendah dengan menggunakan terapi latihan kemampuan positif. *Ners Muda*, 2(3), 159.
- Febrianti, L., Yunita, R., & Rahmat, N. N. (2023). Hubungan Kesepian Dengan Harga Diri Lansia Di Desa Sumbersecang Kecamatan Gading Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(9), 10-17.
- Fitria, Y. (2021). Ageisme: Diskriminasi Usia, Harga Diri dan Kesejahteraan Psikologis Lansia. *Healthy*, 10(1), 22-31.
- Fitriana, L. N., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 9(2), 169-179.
- Komalasari, W., & Yulia, A. (2020). Hubungan faktor fisik, psikologis dengan kualitas hidup lansia di air camar puskesmas andalas padang tahun 2019. *Journal of Social and Economics Research*, 2(1), 023-030.
- Liyanovitasari, S. (2022). Efektifitas Terapi Kognitif Terhadap Peningkatan Harga Diri Lansia yang Mengalami Kesepian. *Journal of Holistics and Health Sciences* Vol, 4.
- Lubis, B. S. (2022). Efektifitas Latihan Fisik Dan Yoga Dengan Kecemasan Lansia Di Samarinda. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 17(2), 222-227.
- Maulana, I., Hendrawati, H., Amira, I., & Senjaya, S. (2022). Literatur Review Terapi Aktivitas Kelompok untuk Meningkatkan Harga Diri Rendah (HDR). *Malahayati Nursing Journal*, 4(12), 3258-3277.
- Melyza, A., & Agus, R. M. (2021). Siswa Terhadap Proses Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Pandemi Covid-19 Di Sma Negeri 1 Padang Cermin. *Journal of Physical Education (JouPE)*, 2(1), 8-16.
- Munandar, I., Hadi, S., & Ardiyani, V. M. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia yang ditinggal pasangan di desa Mensere. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(2).
- Ningsih, R. W., & Setyowati, S. (2020). Hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan AKPER YKY Yogyakarta*, 12(2), 80-87.
- Noor, C. A., & Merijanti, L. T. (2020). Hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(1).
- Novianti, P. S., Mundayat, A., Hadiyati, L., & Pratama, O. (2023). Studi Kualitatif Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living Di Kp. Sindang Rw 03 Desa Margasari Kabupaten Tasikmalaya.
- Purba, E. P., Veronika, A., Ambarita, B., & Sinaga, D. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 27-35.
- Setiarsih, D., & Syariyanti, I. (2020). Hubungan Harga Diri Dan Interaksi Sosial Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 1(1), 10-17.

Eva Yulianda

Stikes Panti Waluya, Malang

Korespondensi Penulis: Eva Yulianda. *Email: evayyy233@gmail.com

Hubungan harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang

Sutanto, S. H., & Suwartono, C. (2019). Hubungan antara kesepian dan keterlibatan ayah pada remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 53-68.

Zella, N. S., Dewi, A. R., & Prasetya, A. S. (2021). Penerapan Terapi Reminiscence pada Lansia dengan Kecemasan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(2).

Eva Yulianda

Stikes Panti Waluya, Malang

Korespondensi Penulis: Eva Yulianda. *Email: evayyy233@gmail.com