

ARTIKEL PENELITIAN

Analisis Hubungan Tingkat Kesepian dan Interaksi Sosial Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran

*Lisa Tri Eriana Dewi¹⁾, Iskim Luthfa¹⁾, Mohammad Aspihan¹⁾

¹⁾Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

*Correspondence author: Lisa Tri Eriana Dewi, E-Mail: lisatrierina@std.unissula.ac.id, Semarang, Indonesia

Abstrak

Peningkatan angka harapan hidup menyebabkan pertumbuhan populasi lansia yang signifikan. Salah satu tantangan yang dihadapi lansia adalah penurunan interaksi sosial, yang dapat dipicu oleh perasaan kesepian, frustrasi, serta anggapan bahwa kehadiran mereka tidak lagi diharapkan. Kondisi ini dapat menyebabkan lansia menarik diri dari lingkungan sosialnya, yang pada akhirnya memperburuk rasa kesepian mereka. Penurunan kualitas interaksi sosial ini terutama terlihat pada lansia yang tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia, dibandingkan dengan mereka yang tinggal di lingkungan keluarga. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesepian lansia dengan interaksi sosial mereka, khususnya pada penghuni Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional study*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive sampling*, dengan jumlah responden sebanyak 95 lansia. Instrumen penelitian meliputi kuesioner kesepian menggunakan *UCLA Loneliness Scale* dan kuesioner interaksi sosial, dengan analisis data menggunakan uji *Spearman Rank*. Analisis data menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kesepian lansia dengan interaksi sosial, dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi $r = -0,323$, yang menunjukkan arah korelasi negatif dengan kekuatan korelasi lemah. Terdapat hubungan negatif antara tingkat kesepian lansia dan interaksi sosial, di mana semakin tinggi tingkat kesepian, semakin rendah interaksi sosial lansia. Hal ini mengindikasikan pentingnya dukungan sosial dan strategi intervensi untuk meningkatkan interaksi sosial guna mengurangi kesepian lansia.

Kata Kunci: Interaksi Sosial; Kesepian; Lansia

Abstract

The increase in life expectancy has led to a significant growth in the elderly population. One of the key challenges faced by the elderly is a decline in social interaction, often triggered by feelings of loneliness, frustration, and the perception of no longer being needed or valued. This condition can result in social withdrawal, further exacerbating the sense of loneliness. Such a decline in the quality of social interaction is particularly prevalent among elderly individuals residing in social service homes compared to those living with their families. This study aims to examine the relationship between the level of loneliness and social interaction among elderly residents of the Pucang Gading Semarang and Wening Wardoyo Ungaran Aged Social Service Homes. A quantitative approach was employed using a cross-sectional study design. The sampling technique used was consecutive sampling, involving a total of 95 elderly respondents. Data were collected using the UCLA Loneliness Scale and a social interaction questionnaire, and analyzed using the Spearman Rank correlation test. The results indicated a statistically significant relationship between the level of loneliness and social interaction ($p = 0.001$, $p < 0.05$), with a correlation coefficient of $r = -0.323$, suggesting a negative and weak correlation. These findings imply that a higher level of loneliness is associated with lower levels of social interaction among the elderly. This highlights the importance of providing social support and implementing targeted interventions to improve social engagement and reduce loneliness in elderly care facilities.

Keywords: Aloneness; Elderly; Social Interaction

Open Journal System (OJS): journal.thamrin.ac.id
<https://journal.thamrin.ac.id/index.php/anakes/issue/view/117>

PENDAHULUAN

Perasaan terasing yang cukup mendalam dapat disebabkan oleh interaksi sosial yang terbatas pada orang tua. Seringkali, hal ini menyebabkan Anda menarik diri, menghindari pertemuan sosial, dan lebih suka menyendiri. Jika dibandingkan dengan orang tua yang tinggal di lingkungan keluarga, fenomena ini lebih sering terjadi pada orang tua yang tinggal di rumah pelayanan sosial lanjut usia, juga dikenal sebagai panti jompo. Sebagai contoh, menurut penelitian yang dilakukan oleh Faradil *et al.*, (2023), ditemukan bahwa masalah interaksi sosial lebih nyata pada orang tua yang tidak tinggal bersama keluarga dan memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami keterasingan sosial.

Jumlah populasi lansia telah meningkat secara global dalam beberapa dekade terakhir. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), populasi orang tua di seluruh dunia mencapai sekitar 761 juta pada tahun 2021 dan angka ini diprediksi akan meningkat menjadi 1,6 miliar pada tahun 2050. Pertumbuhan ini mencerminkan peningkatan angka harapan hidup dan penurunan angka kelahiran di banyak negara. Kondisi ini menunjukkan bahwa dunia secara perlahan sedang memasuki era masyarakat menua (*aging society*). Seiring dengan meningkatnya jumlah lansia, berbagai tantangan sosial dan kesehatan yang mereka hadapi pun semakin nyata. Salah satu isu penting yang sering muncul adalah terkait dengan kualitas interaksi sosial para lansia. Banyak lansia mengalami keterbatasan dalam menjalin hubungan sosial yang bermakna karena berbagai faktor, seperti penurunan fisik, kehilangan pasangan hidup, dan perubahan peran dalam keluarga maupun masyarakat. Isolasi sosial menjadi salah satu konsekuensi yang umum terjadi, yang kemudian dapat memicu perasaan kesepian dan berdampak negatif terhadap kesehatan mental maupun fisik mereka. Oleh karena itu, perhatian terhadap aspek sosial dalam kehidupan lansia menjadi semakin penting, terutama dalam menciptakan lingkungan yang mendukung partisipasi aktif dan kebermaknaan hubungan sosial di usia lanjut.

Studi tahun 2023 oleh Nasikhatut Thohiroh di Panti Wredha Pucang Gading dan Wening Wardoyo Ungaran Semarang juga menemukan bahwa interaksi sosial sebagian besar orang tua telah menurun. Temuan ini terbagi menjadi tiga kategori: interaksi sosial yang kurang, cukup, dan baik. Menurut Thohiroh (2023), sebagian besar orang tua mengalami penurunan interaksi sosial yang cukup tajam. Ini dapat dipengaruhi oleh banyak hal, seperti faktor fisik, sosial, dan lingkungan mereka, serta faktor psikologis, seperti rasa kesepian.

Di Rumah Pelayanan Sosial Lansia, ada banyak variabel yang memengaruhi

penurunan interaksi sosial orang tua. Misalnya, lansia yang merasa kesepian cenderung lebih tertutup dan tidak tertarik untuk berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, keinginan mereka untuk berhubungan dengan sesama juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan mereka, seperti infrastruktur yang terbatas dan interaksi sosial yang kurang mendukung. Selain itu, orang tua seringkali frustrasi karena perawatan di panti sosial tidak memenuhi harapan mereka atau keluarga mereka. Beberapa faktor lain yang memperburuk keadaan mereka adalah kehilangan pasangan hidup, rasa tidak dibutuhkan lagi oleh keluarga, dan rasa kesepian yang semakin meningkat.

Penurunan interaksi sosial pada lansia berdampak signifikan terhadap kualitas hidup. Lansia yang mengalami penurunan dalam hubungan sosial cenderung menjadi pasif, lebih sering diam, dan kurang terlibat dalam komunikasi dengan orang lain, termasuk teman sebaya Oktavianti & Setyowati (2020). Kondisi ini meningkatkan kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan. Seiring berjalannya waktu, kurangnya keterlibatan sosial juga dapat memengaruhi kesehatan fisik (Budiarti, 2020). Minimnya interaksi sosial berpotensi menurunkan aktivitas fisik, memicu penurunan fungsi kognitif, serta meningkatkan risiko penyakit kronis yang memperburuk kualitas hidup. Penurunan ini sering kali berhubungan erat dengan rendahnya dukungan emosional dari keluarga maupun lingkungan sekitar (Sari, 2021). Ketika lansia merasa diabaikan atau kehilangan tempat untuk berbagi, perasaan keterasingan pun semakin meningkat. Oleh karena itu, keterlibatan aktif keluarga, masyarakat, dan institusi sosial menjadi krusial dalam menciptakan lingkungan yang mendukung interaksi sosial lansia. Menjaga dan meningkatkan kualitas hubungan sosial sangat penting guna mengurangi rasa kesepian serta meningkatkan kesejahteraan lansia secara keseluruhan (Desvitasari *et al.*, 2022).

Secara keseluruhan, penurunan interaksi sosial pada lansia merupakan isu penting yang tidak dapat diabaikan. Kondisi ini memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak untuk menciptakan lingkungan sosial yang kondusif bagi lansia. Lingkungan yang mendukung akan membantu mengurangi rasa kesepian dan memberikan kesempatan bagi lansia untuk tetap terlibat dalam interaksi sosial yang bermakna (Khandre *et al.*, 2023). Perumusan kebijakan sosial yang lebih ramah, inklusif, dan responsif terhadap kebutuhan lansia menjadi hal yang sangat penting. Kebijakan tersebut perlu diarahkan untuk mendorong partisipasi aktif lansia dalam kehidupan sosial, serta memastikan mereka merasa dihargai dan diikutsertakan dalam komunitas. Interaksi sosial yang sehat tidak

hanya berdampak positif pada aspek psikologis, tetapi juga berperan besar dalam menjaga kesehatan fisik dan mental lansia dalam jangka panjang (Furlotte and Schwartz 2017). Oleh karena itu, upaya strategis dan kolaboratif perlu terus dilakukan untuk meningkatkan kualitas kehidupan sosial lansia demi menunjang kesejahteraan mereka secara menyeluruh (Hidayati *et al.*, 2023).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross-sectional* dan melibatkan dua variabel utama, yaitu tingkat kesepian dan interaksi sosial. Jumlah partisipan awal sebanyak 180 lansia, namun hanya 124 lansia yang memenuhi kriteria inklusi, dan dari jumlah tersebut, 95 data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank*.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: lansia yang berusia ≥ 60 tahun, mampu berkomunikasi secara verbal, bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan, dan tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang atau Wening Wardoyo Ungaran selama minimal enam bulan. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup: lansia dengan gangguan *kognitif* atau kondisi medis yang berat sehingga tidak memungkinkan untuk mengisi kuesioner, serta lansia yang tidak hadir secara fisik selama masa pengambilan data.

Penelitian ini dilakukan di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading di Semarang dan Wening Wardoyo di Ungaran. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat kesepian, dan interaksi sosial. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antara tingkat kesepian dan interaksi sosial pada lansia. Instrumen yang digunakan meliputi *UCLA Loneliness Scale* untuk mengukur tingkat kesepian, dan kuesioner interaksi sosial yang telah disesuaikan lalu pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran pada tanggal 20 November 2024 sampai tanggal 16 Desember 2024 dengan kurun waktu kurang lebih 4 minggu. Data penelitian didapatkan sampel 124 responden, tetapi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi terdapat 95 responden yang terdiri dari 50 responden di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dan 45 responden di Rumah Pelayanan Lansia Wening Wardoyo

Ungaran.

Berdasarkan kajian yang dilakukan oleh Nawa (Nawa, 2021), kualitas hidup lansia dapat dipengaruhi oleh tempat tinggal mereka, baik di lingkungan keluarga maupun panti sosial, dengan hasil yang menunjukkan perbedaan signifikan. Penelitian serupa oleh Putri *et al.* juga menunjukkan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti berbanding dengan yang tinggal bersama keluarga, menyoroti dinamika dukungan sosial yang berbeda (Putri *et al.*, 2015). Selaras dengan hasil-hasil tersebut, studi dari Pemayun *et al.*, (2022) mengemukakan bahwa tinggal di panti sosial dapat berhubungan dengan tingkat insomnia yang lebih tinggi pada lansia, mencontohkan aspek kesehatan mental yang sering diabaikan dalam konteks penempatan sosial mereka.

Lebih jauh, Masyudi menunjukkan bahwa perilaku lansia dalam mengendalikan hipertensi sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial (Masyudi, 2018). Hal ini memberikan gambaran bahwa interaksi sosial dan dukungan emosional yang diterima lansia di panti juga dapat berperan dalam kesehatan mental dan fisik mereka. Dalam penelitian yang dilakukan di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Wening Wardoyo Ungaran, terapi musik telah terbukti efektif dalam menurunkan tingkat depresi, memberi indikasi bahwa meskipun lansia berada dalam pengaturan panti, intervensi positif dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan mereka (Pambudi *et al.*, 2020).

Namun demikian, tantangan tetap ada, termasuk tingkat kecemasan yang tinggi di kalangan lansia, yang dapat berkontribusi terhadap kondisi kesehatan mental mereka (Witon *et al.*, 2023). Mengidentifikasi dan memahami faktor-faktor ini menjadi esensial, mengingat potensi dampak negatif dari isolasi sosial dan rendahnya interaksi di dalam panti. Dukungan sosial, terutama dari keluarga, berfungsi sebagai faktor moderasi yang kuat untuk mendorong perilaku positif dan memperbaiki kualitas hidup lansia (Nurrohmi, 2020).

Usia Lansia

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran (n=95)

Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
60-74 tahun	62	65,3%
75-90 tahun	30	31,6%
>90 tahun	3	3,2%
Total	95	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa usia lansia, yang dimulai pada usia 60 tahun ke atas, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kualitas hidup, terutama dalam hal interaksi

sosial dan tingkat kesepian. Sebagian besar orang tua berada pada rentang usia 60-74 tahun (65,3%), diikuti oleh rentang usia 75-90 tahun (31,6%), dan sisanya lebih dari 90 tahun (3,2%). Banyak orang tua mengalami penurunan fisik dan psikologis seiring bertambahnya usia, yang berdampak pada kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial. Penurunan fungsi fisik seperti gangguan pendengaran, penglihatan, atau mobilitas terbatas seringkali membuat orang tua merasa sulit untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial yang mereka sukai sebelumnya. Secara psikologis, orang tua juga menghadapi perasaan kehilangan, baik itu kehilangan teman, pasangan hidup, atau peran sosial mereka dalam keluarga dan masyarakat. Ini dapat membuat mereka lebih kesepian. Isolasi sosial pada orang tua dapat memperburuk kesehatan fisik dan mental mereka, seperti meningkatkan risiko depresi, gangguan tidur, dan penyakit jangka panjang. Akibatnya, sangat penting untuk membuat lingkungan yang mendukung bagi orang tua, baik melalui interaksi sosial yang lebih aktif maupun penggunaan teknologi untuk mengurangi isolasi dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Jenis Kelamin Lansia

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran (n=95)

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-laki	34	35,8%
Perempuan	61	64,2%
Total	95	100%

Jumlah orang tua laki-laki yang terlibat dalam penelitian ini adalah 34 (35,8%), dan jumlah orang tua perempuan adalah 61 (64,2%) dapat dilihat pada tabel 2. Persentase orang tua perempuan yang lebih tinggi ini sejalan dengan data statistik yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2021, yang menunjukkan bahwa populasi orang tua perempuan di Indonesia lebih besar daripada orang tua laki-laki.

Perbedaan jumlah laki-laki dan perempuan dalam populasi lansia ini juga berdampak pada kondisi sosial dan psikologis mereka, terutama dalam hal interaksi sosial dan kesepian. Lansia perempuan lebih cenderung mengalami kesepian dan memiliki kualitas interaksi sosial yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia laki-laki. Salah satu

penyebab utama fenomena ini adalah fakta bahwa banyak wanita lanjut usia lebih awal kehilangan pasangan mereka karena usia atau penyakit, membuat mereka kehilangan sumber dukungan emosional dan sosial yang penting.

Kondisi ini diperparah oleh stigma sosial, yang sering mengisolasi perempuan lanjut usia dari kegiatan sosial, baik di dalam keluarga maupun di masyarakat luas. Karena terbatasnya jumlah orang yang mereka anggap dekat atau dapat dipercaya, wanita lanjut usia seringkali tidak memiliki kesempatan untuk berbagi perasaan atau pengalaman mereka. Menurut Setyowati *et al.* (2021), penyebab utama penurunan kualitas hidup pada wanita berusia 65 tahun atau lebih adalah kehilangan pasangan mereka. Lansia perempuan cenderung merasa kesepian dan terisolasi jika mereka tidak memiliki pasangan.

Selain itu, elemen budaya dan sosial memainkan peran penting dalam kehidupan sosial wanita lanjut usia. Di banyak tempat, peran tradisional wanita lanjut usia mengharuskan mereka berkonsentrasi pada rumah tangga dan menghalangi mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial atau kegiatan luar rumah. Mereka merasa terasing dan tidak terhubung dengan lingkungan sekitar mereka karena hal ini.

Seiring dengan meningkatnya jumlah wanita lanjut usia di Indonesia, penting untuk memprioritaskan masalah sosial ini, terutama dalam pembuatan kebijakan yang mendukung kesejahteraan sosial dan psikologis orang lanjut usia. Sangat penting untuk mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup wanita tua, terutama setelah kehilangan pasangan hidup mereka, dengan memberikan dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat.

Kesepian

Tabel 3. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan tingkat kesepian pada lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran (n=95)

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kesepian rendah	22	23,2%
Kesepian sedang	46	48,4%
Kesepian tinggi	27	28,4%
Total	95	100%

Sebagian besar orang tua bervariasi dalam tingkat kesepian mereka. Tabel 3 menunjukkan bahwa 22 orang tua (23,2%) mengalami kesepian rendah, 46 orang tua (48,4%) berada dalam kategori kesepian sedang, dan 27 orang tua (28,4%) berada dalam kategori kesepian berat. Kondisi ini menunjukkan bahwa, meskipun tidak semua orang tua

mengalami kesepian yang ekstrem, sebagian besar orang tua masih mengalami tingkat kesepian yang signifikan.

Sebagian besar orang tua merasa jauh dari keluarga mereka, menurut gambaran kesepian di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran. Mereka merasa kehilangan hubungan fisik dan emosional dengan keluarga mereka, yang seharusnya menjadi sumber dukungan mereka yang paling penting. Selain itu, banyak orang tua yang merasa tidak cocok dengan orang lain yang tinggal di rumah sosial, yang membuat mereka lebih cenderung untuk menghindari upaya untuk berinteraksi sosial. Ini menunjukkan bahwa kesepian yang dialami tidak hanya disebabkan oleh jarak fisik dengan keluarga mereka, tetapi juga karena ketidakcocokan atau perbedaan kepribadian yang mempengaruhi hubungan antar penghuni rumah (Budiarti, 2020).

Tidak hanya merasa kesepian atau terisolasi, orang tua mengalami kondisi kesepian yang lebih kompleks. Menurut Bagoes Hikmatul Iman (2024), orang tua mungkin merasa kesepian ketika mereka merasa terasing atau tersisihkan dari komunitas mereka. Orang tua yang tinggal di rumah perawatan atau panti sosial seringkali merasa terisolasi dan tidak memiliki tempat yang aman untuk berbagi perasaan mereka. Jika mereka merasa berbeda dengan orang tua lainnya karena alasan seperti latar belakang, pengalaman hidup, atau bahkan kemampuan fisik, hal ini dapat memperburuk kesepian mereka. Transisi ke kehidupan di rumah perawatan sosial bisa terasa sangat sulit dan sulit, terutama bagi orang tua yang sebelumnya hidup mandiri atau memiliki hubungan keluarga yang kuat.

Bagi orang tua, tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia sering dianggap sebagai peristiwa penting dalam kehidupan yang penuh dengan kesulitan emosional. Perasaan kehilangan, baik itu kehilangan pasangan, rumah, atau bahkan kebebasan pribadi, dapat menyebabkan penurunan psikologis yang signifikan, salah satunya adalah kesepian. Kesepian adalah penurunan kualitas hidup yang sering terjadi pada orang tua yang merasakannya, dan ini dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental mereka. Kirana (2021) mengatakan bahwa perasaan kesepian yang dialami oleh orang tua di panti sosial dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti gangguan tidur, penurunan fungsi imun, penyakit jantung, dan penyakit lainnya.

Meskipun kesepian adalah masalah besar, memiliki hubungan sosial yang positif dan sehat dengan orang tua dapat membantu Anda mengatasi perasaan ini. Fitriana *et al.* (2021) menyatakan bahwa interaksi sosial yang baik antara orang tua dapat berfungsi sebagai penyangga emosional yang sangat penting untuk menghentikan perasaan kesepian.

Rumah perawatan sosial atau tempat tinggal bersama lainnya seharusnya menjadi tempat yang tidak hanya memberikan perawatan fisik tetapi juga memberi kesempatan bagi orang tua untuk membangun hubungan sosial yang saling mendukung. Ketika orang tua berbagi pengalaman hidup dan saling berinteraksi, mereka dapat merasa lebih dihargai dan lebih terhubung dengan lingkungan sekitar, yang dapat mengurangi perasaan terasing. Kita diharapkan dapat menciptakan lebih banyak kesempatan bagi orang tua untuk merasa dihargai, diterima, dan terhubung dengan orang lain karena kesadaran akan pentingnya kesejahteraan emosional orang tua semakin meningkat. Kebijakan sosial yang lebih terbuka dan berfokus pada kebutuhan emosional orang tua akan membantu mengurangi prevalensi kesepian, yang saat ini banyak dialami oleh orang tua di Indonesia.

Interaksi Sosial

Tabel 4. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan interaksi sosial pada lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran (n=95)

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Interaksi Sosial Baik	23	24,2%
Interaksi Sosial Cukup	29	30,5%
Interaksi Sosial Kurang	43	45,3%
Total	95	100%

Tabel 4 menunjukkan bahwa 23 orang tua (24,2%) memiliki interaksi sosial yang baik, 29 orang tua (30,5%) memiliki interaksi sosial yang cukup, dan 43 orang tua (45,2%) memiliki interaksi sosial yang kurang. Di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran, mayoritas orang tua mengalami banyak interaksi sosial. Ini disebabkan oleh fakta bahwa setelah berusia 65 tahun, orang lebih sering menghabiskan waktu di tempat tidur sembari menunggu makan siang atau makan malam.

Teori pertukaran sosial mengatakan bahwa hubungan sosial adalah sumber kebahagiaan manusia, yang umumnya berasal dari hubungan sosial (Manafe & Berhimpon, 2022). Penurunan fungsi kognitif dan kurangnya interaksi sosial biasanya terjadi pada orang tua, yang menyebabkan perasaan tidak berguna dan tersisihkan, yang menyebabkan mereka banyak menyendiri (isolasi sosial). Depresi juga menjadi lebih umum dalam kondisi ini (Situngkir *et al.*, 2022).

Hubungan Kesepian dengan Interaksi Sosial Lansia

Tabel 5. Analisis Hubungan Kesepian Lansia dengan Interaksi Sosial di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran (n=95)

	Interaksi Sosial Baik	Interaksi Sosial Cukup	Interaksi Sosial Kurang	Total	Koefisien korelasi (r)	P value
Kesepian rendah	3	7	12	22	-0,323	0,001
Kesepian sedang	6	15	25	46		
Kesepian berat	14	7	6	27		
Total	3	28	64	95		

Hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_o) diterima, masing-masing, dengan nilai p-value yang lebih kecil dari 0,05 (yaitu 0,001), dan hasil analisis Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian orang tua dengan interaksi sosial mereka. Ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara kedua

variabel. Selain itu, hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai korelasi sebesar -0,323. Nilai negatif ini menunjukkan bahwa hubungan antara kesepian dan interaksi sosial memiliki kekuatan korelasi yang lemah dan arahnya negatif. Dengan kata lain, tingkat interaksi sosial yang dilakukan oleh orang tua berkorelasi negatif dengan tingkat kesepian yang mereka rasakan.

Teori Robert Weiss tentang penurunan interaksi sosial pada lansia yang merasa kesepian sangat relevan. Teori ini dijelaskan lebih lanjut dalam penelitian yang dilakukan oleh Faujiah *et al.* (2023). Weissler mengatakan kesepian adalah ketika seseorang merasa hidupnya penuh dengan pengabaian emosional dan sosial. Karena jarang berinteraksi dengan keluarga dan kurangnya kesempatan untuk bertemu dan berbicara dengan orang lain, orang tua sering merasa terasing dari lingkungan sosial mereka. Interaksi sosial, di sisi lain, adalah proses komunikasi antara orang tua dengan orang tua lainnya. Ini bertujuan untuk memperkuat hubungan dan memberikan rasa keterhubungan dengan lingkungan sekitar. Interaksi sosial yang baik dapat membantu orang tua merasa dihargai dan diterima dalam kelompok sosialnya.

Studi Oktavianti & Setyowati (2020) menemukan bahwa orang tua mengalami penurunan interaksi sosial dan bahwa perasaan kesepian dapat memburuk kualitas hubungan sosial mereka. Semakin lama seorang lansia mengalami rasa kesepian, semakin sulit bagi mereka untuk berinteraksi secara aktif dengan orang lain. Ini termasuk sesama

lansia di rumah atau anggota keluarga. Peneliti dalam penelitian ini berasumsi bahwa interaksi sosial yang sangat terbatas terjadi pada orang tua yang kesepian. Beberapa hal dapat menyebabkan kondisi ini, seperti kurangnya kunjungan keluarga, kurangnya aktivitas fisik yang melibatkan sosialisasi, dan sedikit kesempatan untuk berbicara atau berkomunikasi dengan sesama lansia.

Kondisi ini dapat diperburuk oleh kesepian yang dialami oleh orang tua yang tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lansia. Di tempat tinggal sosial, orang tua yang merasa kesepian lebih cenderung menarik diri dan menghindari interaksi sosial, dan lingkungan yang tidak mendukung atau tidak nyaman juga dapat memperburuk perasaan kesepian, membuat mereka merasa lebih terasing. Oleh karena itu, penting bagi pengelola Rumah Pelayanan Sosial Lansia untuk merancang program yang dapat meningkatkan interaksi sosial di antara orang tua. Salah satunya adalah dengan memotivasi mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial seperti senam pagi, yang baik untuk kesehatan mereka dan memperkuat hubungan sosial di antara penghuni.

Selain itu, penting untuk menjaga komunikasi yang baik antara orang tua dan keluarga mereka. Kunjungan teratur ke teman atau keluarga dapat meningkatkan kesehatan

mental orang tua dan mengurangi perasaan kesepian mereka. Menjaga hubungan sosial yang sehat dapat menjadi salah satu cara penting untuk meningkatkan kualitas hidup orang tua dan mengurangi efek negatif dari kesepian yang sering mereka alami. Kesimpulannya, penurunan interaksi sosial terkait langsung dengan kesepian orang tua. Oleh karena itu, hal ini harus mendapat perhatian khusus dalam upaya meningkatkan kesejahteraan orang tua baik di rumah sosial maupun di lingkungan rumah tangga mereka.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara tingkat kesepian dan interaksi sosial pada lansia yang tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran. Semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan lansia, semakin rendah pula frekuensi dan kualitas interaksi sosial mereka. Meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah, hasil ini tetap menunjukkan bahwa kesepian merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan sosial dan psikologis lansia. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang terarah untuk mendorong partisipasi sosial lansia melalui dukungan keluarga, tenaga

kesehatan, dan kebijakan layanan sosial yang inklusif. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang lebih mendalam terkait faktor-faktor lain yang memengaruhi kesepian dan interaksi sosial pada lansia.

REFERENSI

- Asri, M. E. K., Utomo, A. W., Kusuma, I. A., & Nosartika, I. (2021). Pengaruh pengetahuan dan perilaku kesehatan gigi dan mulut terhadap persepsi permasalahan gingiva lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading kota Semarang. *E-GiGi*, 9(2), 303–310.
- Bagoes Hikmatul Iman, M. (2024). Gambaran kesepian pada lansia di panti jompo. *STIKep PPNI Jawa Barat*.
- Budiarti, A. (2020). Hubungan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian dan kualitas hidup pada lansia di Uptd Griya Werdha Jambangan Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 13(2).
- Desvitasari, H., Friansari, A., & Savitri, I. (2022). Analisis interaksi sosial lansia dengan kualitas hidup. *Jurnal Kesehatan : Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 12(01), 18-23. <https://doi.org/10.52395/jkjims.v12i01.339>
- Faradil, Z. A., Luthfa, I., & Aspihan, M. (2023). Hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat depresi pada lansia Muslim di panti werdha. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 2(1), 226–238.
- Faujiah, S., Adesulistyawati, A., & Suaib, S. (2023). Hubungan interaksi sosial dengan tingkat kesepian pada lansia di panti jompo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4069–4078.
- 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.
- Furlotte, C. and Schwartz, K. (2017). Mental health experiences of older adults living with hiv: uncertainty, stigma, and approaches to resilience. *Canadian Journal on Aging / La Revue Canadienne Du Vieillessement*, 36(2), 125-140. <https://doi.org/10.1017/s0714980817000022>
- Hidayati, N., Sudarmo, S., & Wahyunengseh, R. D. (2023). The level of social engagement in the success of the elderly posyandu program in indonesia. *Journal of World Science*, 2(7), 1036-1049. <https://doi.org/10.58344/jws.v2i7.377>
- Kirana, K. C. (2021). Logoterapi pada perempuan lansia warga binaan panti wreda yang mengalami kesepian. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 23(1), 46–64.
- Khandre, R. R., Raut, A., & Mundra, A. (2023). Social support status of the elderly population in selected villages in a central india district. *Indian Journal of Community Medicine*, 48(2), 291-296. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_249_22
- Nawa, E. N. (2021). Kajian kualitas hidup lansia di wilayah kota kupang propinsi nusa tenggara timur. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 10(2), 130-138. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v10i2.160>
- Manafe, L. A., & Berhimpon, I. (2022). Hubungan tingkat depresi lansia dengan interaksi sosial lansia di BPSLUT Senja Cerah Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(1), 749–758.
- Masyudi, M. (2018). Faktor yang berhubungan dengan perilaku lansia dalam mengendalikan hipertensi. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 3(1), 57. <https://doi.org/10.30867/action.v3i1.100>
- Nurlianawati, L., Widyawati, W., & Kurniasih, T. (2023). Terapi modalitas berkebun

- terhadap kesepian pada lansia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1329–1334.
- Witon, W., Permatasari, L. I., & Akbar, R. (2023). Studi hubungan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian lansia. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 7(2), 133-137. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i2.382>
- Oktavianti, A., & Setyowati, S. (2020). Interaksi sosial berhubungan dengan kualitas hidup lansia. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 120–129.
- Putri, S. T., Fitriana, L. A., & Ningrum, A. (2015). Studi komparatif : kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dan panti. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.17509/jpki.v1i1.1178>
- Pemayun, T. I. A., Diniari, N. K. S., Wahyuni, A. A. S., & Lesmana, C. B. J. (2022). Perbedaan tingkat insomnia lansia yang tinggal di panti sosial tresna werdha dengan lansia yang tinggal dengan keluarga. *E-Jurnal Medika Udayana*, 11(12), 27. <https://doi.org/10.24843/mu.2022.v11.i12.p05>
- Pambudi, H. A., Dewi, C. C., & Anggraeni, H. (2020). Pengaruh terapi musik suara air mengalir dengan brainwave terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di rumah pelayanan sosial lanjut usia wening wardoyo ungaran. *Bali Medika Jurnal*, 7(1), 125-137. <https://doi.org/10.36376/bmj.v7i1.122>
- Permatasari, A. I. (2020). Hubungan interaksi sosial dengan tingkat kesepian pada lansia. *Stikes Bina Sehat Ppni*.
- Sari, L. A. (2021). Interaksi sosial pada lansia yang tinggal bersama keluarga. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 80-88. <https://doi.org/10.22437/jini.v2i2.15575>
- Sari, P. N., Saraswati, N. L. P. G. K., & Winaya, I. M. N. (2024). Hubungan aktivitas fisik terhadap kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Inovasi Kesehatan Terkini*, 6(2).
- Setyowati, S., Sigit, P., & Maulidiyah, R. I. (2021). Spiritualitas berhubungan dengan kesepian pada lanjut usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 67–78.
- Siregar, R. J., & Yusuf, S. F. (2022). *Kesehatan reproduksi lansia*. PT Inovasi Pratama Internasional.
- Situngkir, R., Lilli, S., & Asmiranda, W. (2022). Hubungan fungsi kognitif dengan interaksi sosial pada lansia di desa Malimbong Kecamatan Messawa. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5(1), 20–25.
- Sukiman, C., Ambohamsah, I., & others. (2021). Peningkatan pengetahuan lanjut usia dalam upaya pencegahan COVID-19 di Desa Sidorejo. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 3(1), 1–6.
- Thohiroh, N. (2023). Gambaran tingkat kesepian lansia dan interaksi sosial di panti werdha Semarang. *Universitas Islam Sultan Agung Semarang*.
- Witon, W., Permatasari, L. I., & Akbar, R. (2023). Studi hubungan interaksi sosial terhadap tingkat kesepian lansia. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 7(2), 133-137. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i2.382>