

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 LANSIA

2.1.1 Pengertian Lansia.

Lansia dalam Bahasa Inggris disebut *being old* artinya orang yang sudah tua. Lanjut usia adalah suatu kelompok usia yang disebut dengan *very old* atau lanjut usia, dikenal juga dengan istilah sepuh, opa-oma. Lanjut usia merupakan para orang jompo. Dalam Kamus umum Bahasa Indonesia, orang jompo merupakan orang yang telah memasuki usia tua. Selanjutnya, menurut Dewi (2004) lansia dikatakan sebagai tahap akhir dari suatu perkembangan pada kehidupan manusia, selain itu menurut UU N0.13/Tahun 1998 (dalam dewi, 2004) tentang kesejahteraan lansia disebutkan bahwa lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. Menurut World Health Organization (WHO) lansia merupakan seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas.

Menurut Santrock (2002) masa dewasa akhir atau lansia (lanjut usia) pada usia 60-an dan diperluas sampai sekitar usia 120 tahun. Beberapa ahli perkembangan membedakan antara orang tua muda atau usia tua (usia 65-74 tahun) dan orang tua yang tua atau usia akhir (75 tahun atau lebih). Masa tua (*old age*) merupakan fase terakhir dalam kehidupan manusia. Pada masa ini berlangsung antara usia 60 tahun sampai berhembusnya nafas terakhir (hingga akhir hayat). Mereka yang telah menginjak usia 60 tahun ke atas yang dalam istilah psikologi disebut "*senescence*" (masa tua) biasanya ditandai dengan adanya perubahan-perubahan kemampuan motorik yang semakin merosot. Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih yang ditandai dengan dengan adanya perubahan-perubahan fisik dan psikis yang semakin merosot.

Lanjut usia ialah usia orang yang sudah tidak produktif lagi, kondisi fisik yang rata-rata telah menurun sehingga dalam keadaan

udzur ini muncul berbagai penyakit yang mudah menyerang lansia, dengan demikian lansia terkadang muncul semacam berbagai pemikiran bahwa mereka telah berada di sisa-sisa umur menunggu kematian. Menurut Hamawari (dalam Siyoto, 2016) lansia merupakan keadaan yang ditandai dengan kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan adanya penurunan kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual. Adapun menurut Bailon G. Salvaclon (dalam Siyoto, 2016) lansia merupakan dua atau lebih individu yang bergabung karena hubungan darah, perkawinan atau adopsi, hidup dalam satu rumah tangga, berinteraksi satu sama lain dalam perannya untuk menciptakan dan mempertahankan suatu budaya.

Berdasarkan dari pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa lansia merupakan seseorang yang telah memasuki usia lanjut biasanya berumur 60 tahun atau lebih ditandai dengan adanya perubahan-perubahan fisik maupun psikis yang semakin merosot.

2.1.2 Ciri-Ciri Lansia

Adapun beberapa ciri-ciri lanjut usia menurut Hurlock (1999), diantaranya:

a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran

Dengan pertambahan umur yang semakin menua membawa dampak tersendiri bagi struktur baik secara fisik maupun psikologis dan keberfungsianannya. Pada periode ini masa-masa kemunduran fisik dan psikis yang terjadi secara perlahan lahan dan bertahap. Istilah "keudzuran" digunakan untuk mengacu pada periode waktu selama usia lanjut apabila kemunduran sudah terjadi dan apabila sudah terjadi disorganisasi mental. Seseorang yang menjadi eksentrik, kurang perhatian dan terasing secara sosial, biasanya disebut juga dengan udzur. Kemunduran itu sebagian datang dari faktor fisik dan sebagian lagi dari faktor psikologis. Penyebab kemunduran fisik merupakan suatu perubahan yang terjadi pada sel-sel tubuh bukan karena suatu penyakit khusus tetapi karena adanya proses penuaan.

Pada masa tua atau masa dewasa akhir, beberapa perubahan pada fisik semakin terlihat jelas karena proses penuaan. Perubahan-perubahan fisik yang paling ketara pada masa ini terlihat pada perubahan seperti rambut menjadi jarang dan beruban, kulit mengering dan mengkerut, gigi dan gusi menyusut, wajah yang terlihat menua, tulang belakang menjadi bungkuk. Kekuatan dan ketangkasan fisik yang berkurang, tulang-tulang menjadi rapuh, mudah patah dan lambat untuk dapat diperbaiki kembali. Sistem kekebalan tubuh yang melemah, sehingga orang tua lebih rentan terkena berbagai penyakit, seperti kanker dan radang paru-paru.

Kemudian pada masa lansia juga terjadi kemunduran secara psikologis. Sikap tidak senang terhadap diri sendiri, orang lain, pekerjaan dan kehidupan pada umumnya dapat menuju ke keadaan uzur, karena terjadi perubahan pada lapisan otak. Sehingga, orang yang mengalami penurunan secara fisik dan mental dan mungkin akan segera mati. Bagaimana cara seseorang dalam mengatasi ketegangan dan stress hidup akan mempengaruhi juga laju kemunduran itu.

b. Menua membutuhkan perubahan peran

Dengan adanya kemunduran baik secara fisik maupun psikologis pada lansia, dimana efisiensi, kekuatan, kemenarikan dan kecepatan bentuk fisik sangat dihargai, mengakibatkan orang yang berusia lanjut sering dianggap tidak lagi berguna. Karena mereka dianggap tidak dapat bersaing dengan orang-orang yang lebih muda dalam berbagai bidang tertentu dimana kriteria nilai sangat diperlukan, dan sikap sosial terhadap mereka kurang menyenangkan.

c. Penyesuaian yang buruk merupakan ciri-ciri usia lanjut

Sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi lansia, yang terlihat dalam cara orang memperlakukan mereka, maka tidak menyesuaikan diri cenderung semakin jahat ketimbang mereka yang dalam menyesuaikan diri pada masa lalunya mudah dan menyenangkan.

2.1.3 Tugas-Tugas Perkembangan Lansia

Adapun tugas-tugas perkembangan menurut Havighurst (1999) tugas perkembangan usia lanjut lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang dari pada kehidupan orang lain. Orangtua diharapkan untuk menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan dan menurunnya kesehatan secara bertahap. Hal ini sering diartikan sebagai perbaikan dan perubahan peran yang pernah dilakukan di dalam maupun di luar rumah. Lansia juga diharapkan untuk mencari kegiatan untuk menggantikan tugas-tugas terdahulu yang menghabiskan sebagian besar waktu ketika mereka masih muda. Adapun beberapa tugas perkembangan lansia ialah sebagai berikut:

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan
- b. Mempersiapkan diri untuk pensiun dan berkurangnya income (penghasilan) keluarga
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang sesuai
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes

Dari beberapa tugas perkembangan lansia dapat ditarik kesimpulan bahwa lansia harus mempersiapkan diri, menyesuaikan dengan keadaan yang akan terjadi dan dapat menerima dalam kondisi dan keadaan yang akan terjadi selanjutnya.

2.1.4 Perkembangan Lansia

Dalam studi psikologi perkembangan kontemporer atau dikenal dengan istilah perkembangan rentang hidup (*life-span development*), pembahasannya tidak lagi hanya sebatas pada perubahan perkembangan selama masa anak-anak dan remaja saja, melainkan juga menjangkau perkembangan masa dewasa, masa tua, hingga meninggal dunia (Desmita, 2017). Beberapa aspek perkembangan yang terjadi selama masa dewasa dan usia tua, meliputi perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial sebagai berikut:

1. Perkembangan Fisik

Dilihat dari aspek perkembangan fisik, pada awal masa dewasa kemampuan fisik mencapai masa puncaknya, sekaligus mengalami masa penurunan selama periode ini.

a. Kesehatan badan

Pada masa tua atau masa dewasa akhir, sejumlah perubahan fisik makin terlihat sebagai akibat dari proses penuaan. Beberapa perubahan-perubahan fisik yang paling terlihat pada masa tua ini terlihat pada perubahan-perubahan seperti rambut menjadi jarang dan beruban, kulit mengering dan mengkerut, gigi hilang dan gusi menyusut, wajah yang menua, tulang belakang menjadi bungkuk. Kekuatan dan ketangkasan fisik yang semakin berkurang, tulang-tulang yang sudah mulai rapuh dan mudah patah sehingga lambat untuk diperbaiki kembali. Sistem kekebalan tubuh yang telah melemah, sehingga orang tua lebih rentan terhadap berbagai penyakit.

b. Perkembangan sensori

Pada masa dewasa akhir atau masa tua, perubahan-perubahan yang terjadi melibatkan indera penglihatan, indera pendengaran, indera perasa, indera pencium, dan indera peraba. Perubahan dalam indera penglihatan pada masa tua misalnya tampak pada berkurangnya ketajaman penglihatan dan lambatnya adaptasi terhadap perubahan cahaya. Perubahan pada indera pendengaran yang biasanya disebabkan oleh kemunduran selaput telinga (*cochela*). Penurunan juga terjadi pada kepekaan terhadap rasa dan bau, dalam hal ini kepekaan terhadap rasa pahit dan masam bertahan lebih lama dibandingkan kepekaan terhadap rasa manis dan asin Santrock (1995).

c. Perkembangan otak

Pada masa usia tua, sejumlah neuron, unit-unit sel dasar dari sistem saraf menghilang. Menurut Santrock (1995) diperkirakan bahwa 5 hingga 10% dari neuron individu berhenti tumbuh sampai usia seseorang mencapai 70 tahun. Setelah itu, hilangnya neuron akan menjadi semakin cepat. Semua ini akan menyebabkan terjadinya erosi mental yang sering disebut juga dengan kepikunan (*senility*), bahkan juga dapat menimbulkan penyakit otak yang lebih menakutkan lagi, yaitu penyakit

Alzheimer, yang diderita 3% dari populasi manusia yang berusia 75 tahun.

2. Perkembangan Kognitif

Perkembangan rentang hidup manusia adalah kemampuan kognitif mengalami kemerosotan bersamaan dengan terus bertambahnya usia. Beberapa perubahan penting dalam proses kognitif yang terjadi pada usia tua, sebagai berikut:

a. Perkembangan pemikiran postformal

Kemampuan kognitif terus berkembang selama masa dewasa, akan tetapi tidak semua perubahan kognitif mengarah pada peningkatan potensi. Bahkan terkadang beberapa kemampuan kognitif mengalami kemerosotan seiring dengan adanya pertambahan usia. Meskipun, beberapa ahli percaya bahwa kemunduran keterampilan kognitif yang terjadi pada masa dewasa akhir, bisa ditingkatkan dengan pelatihan kognitif.

b. Perkembangan memori

Karakteristik yang sering dihubungkan dengan usia tua adalah penurunan dalam daya ingat. Kemerosotan fungsi kognitif pada masa tua, pada umumnya sesuatu yang tidak dapat dihindari karena disebabkan oleh berbagai faktor, seperti penyakit *alzheimer* (penyakit kekacauan otak) atau kecemasan dan depresi. Kunci agar dapat memelihara keterampilan kognitif terletak pada membrikan beberapa ransangan intelektual.

c. Perkembangan intelegensi

Sejumlah peneliti awal yang berpendapat bahwa seiring dengan proses penuaan selama masa dewasa akan terjadi kemunduran dalam intelegensi umum. Kemunduran kemampuan intelektual pada orang dewasa tidak disebabkan oleh faktor usia, melainkan oleh faktor-faktor lain.

3. Perkembangan Psikososial

Perkembangan psikososial selama masa tua ditandai dengan tiga gejala penting, yaitu keintiman, generatif dan integritas:

a. Perkembangan keintiman

Keintiman dapat diartikan sebagai suatu kemampuan memperhatikan orang lain dan membagi pengalaman mereka.

Orang yang tidak dapat menjalin keintiman dengan orang lain akan merasa terisolasi. Dalam suatu studi ditunjukkan bahwa hubungan intim mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan fisik maupun psikologis seseorang. Orang-orang mempunyai tempat berbagi ide, perasaan, dan masalah, mereka akan merasa jauh lebih bahagia dan lebih sehat dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki tempat untuk berbagi.

b. Perkembangan generativitas

Generativitas (*generativity*) merupakan dimana tahap perkembangan psikososial ketujuh yang dialami individu selama pertengahan masa dewasa. Ciri utama pada tahap generativitas adalah perhatian terhadap apa yang dihasilkan (keturunan, produk-produk, ide-ide, dan sebagainya), pembentukan dan penetapan garis-garis pedoman untuk generasi yang mendatang.

c. Perkembangan integritas

Pada tahap integritas dimulai kira-kira usia sekitar 65 tahun, pada masa ini banyak menimbulkan masalah baru dalam kehidupan seseorang. Meskipun memiliki banyak waktu luang yang dapat dinikmati, tetapi karena penurunan fisik atau penyakit yang melemahkan sehingga membatasi kegiatan dan membuat seseorang merasa tidak berdaya.

2.2 KESEPIAN

2.2.1 Definisi Kesepian

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2009) kesepian merupakan suatu perasaan kesunyian, perasaan ketidaktahuan, dan kekurangan teman serta hubungan sosial. Selanjutnya, menurut Suardirman (2016) kesepian merupakan perasaan perasaan terasing, tersisihkan, terpencil dari orang-orang sekitar. Disamping itu kesepian berkaitan dengan usia stereotip yang populer menggambarkan usia tua sebagai masa kesepian yang terbesar. Kesepian berasal dari kata "sepi", yang artinya perasaan sunyi, lengang, tidak ramai, tidak ada apa-apa, tidak ada siapa pun. Kesepian dapat diartikan sebagai menerangkan suatu keadaan atau suasana dan perihal yang sepi. Kesepian sebagai akibat dari keterasingan sehingga menyebabkan kesepian.

Santrock (2002) individu yang mengalami kesepian adalah mereka merasa tidak memiliki seorangpun yang dapat memahami diri mereka dengan baik, sehingga muncul perasaan terisolasi serta merasa bahwa dia tidak memiliki seorangpun untuk dijadikan tempat pelarian mereka untuk berbagi. Adanya penurunan dalam hubungan yang dekat dapat menjadi alasan bagi seseorang untuk merasakan kesepian. Kesepian menggambarkan keadaan di mana ada defisit antara tingkat keterlibatan sosial individu yang sebenarnya dan yang diinginkan dan berbeda dari sendirian menghabiskan waktu sendirian.

Kesepian adalah satu keadaan dimana mental dan emosional yang terutama dicirikan dengan adanya perasaan-perasaan terasingkan dan memiliki hubungan yang kurang bermakna dengan orang lain (Bruno, 2000). Sedangkan menurut Hanum (2008) mendefinisikan kesepian adalah kondisi dimana seseorang merasa tersisih dari kelompoknya, tidak diakui keberadaannya, tidak diperhatikan oleh orang-orang sekitarnya, tidak ada tempat untuk berbagi rasa, terisolasi dari lingkungan sehingga menimbulkan perasaan sunyi, sepi, pedih dan tertekan.

Menurut ide (2010) Kesepian dirumuskan sebagai tidak memiliki teman, terpencil, dan sedih karena sendiri. Orang yang kesepian mengharapkan kontak sosial dan ditemani oleh orang lain, tetapi tampak tidak bisa menemukan apa atau siapa yang mereka perlukan atau cari. Akan tetapi menurut American Heritage Dictionary (dalam ide, 2010) kesepian itu beda dengan sendiri. Sendiri adalah terpisah dari orang lain, tak ada orang lain didekatnya. Waktu bersendiri sering dianggap sebagai waktu merenung, waktu untuk melihat kedalam diri sendiri atau mengejar minat-minat pribadi seperti membaca, menulis, melukis, dan aktivitas kreatif lainnya yang perlu konsentrasi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah suatu perasaan sepi, perasaan tersisihkan yang dirasakan oleh seseorang, dan merasa terpencil dari orang lain, atau tidak di perhatikan oleh orang-orang sekitar dan lingkungannya.

2.2.2 Aspek- Aspek Kesepian

Adapun menurut Bruno (2000) ada beberapa yang menjadi aspek-aspek kesepian, yaitu:

- a. Isolasi, adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan perasaan terasing dari tujuan-tujuan dan nilai-nilai dominan yang ada dalam masyarakat kemenangan, agresivitas, manipulasi adalah faktor-faktor yang menjadi pemicu munculnya keterasingan.
- b. Penolakan, adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak lagi diterima, diusir dan dihalau oleh lingkungannya. Seseorang yang merasakan perasaan kesepian akan selalu beranggapan bahwa dirinya ditolak dan ditinggalkan walaupun berada ditengah-tengah keramaian.
- c. Merasa disalah mengerti, adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan seakan-akan dirinya selaludisalahkan dan tidak lagi berguna. Seseorang yang selalu merasa selalu disalah mengerti dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri dan merasa tidak mampu dalam bertindak dalam dirinya.
- d. Merasa tidak dicintai, adalah suatu keadaan dimana seseorang merasa tidak lagi mendapatkan rasa kasih sayang, merasa tidak diperlakukan secara lembut dan merasa tidak dihormati. Merasa tidak dicintai akan jauh dari persahabatan dan kerjasama, suatu perhatian dalam analisis transaksi adalah unit.
- e. Tidak mempunyai sahabat, adalah suatu keadaan dimana tidak ada seseorang yang berada disampingnya, tidak ada hubungan, tidak ada tempat berbagi, orang yang paling tidak berharga adalah orang yang tidak memiliki sahabat.
- f. Malas membuka diri, adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan perasaan malas untuk menjalin keakraban dengan orang lain, takut terluka, selalu merasa cemas dan takut orang lain akan melukainya.
- g. Bosan, adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan perasaan jenuh, tidak menyenangkan, merasa tidak menarik, merasa lemah, orang-orang yang pembosan biasanya adalah orang-orang yang tidak pernah menikmati keadaan-keadaan yang ada.

- h. Gelisah, adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan perasaan resah, tidak nyaman dan merasa tidak tenang dalam hatinya atau merasa selalu khawatir, merasa tidak senang, dan perasaan galau yang dilanda dengan kecemasan.

Dari yang telah diuraikan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa, kesepian merupakan suatu perasaan sepi dan sunyi, yang dirasakan oleh seseorang karena merasa tersisih, dan merasa tidak lagi diperhatikan oleh orang-orang di lingkungan sekitarnya.

2.2.3 Bentuk- Bentuk Kesepian

Menurut Robert Weiss (1973) membedakan menjadi dua tipe kesepian, berdasarkan hilangnya ketetapan sosial tertentu yang dialami oleh seseorang adalah:

1. Kesepian emosional
Kesepian ini timbul dari ketiadaan figur kasih sayang yang intim, seperti kasih sayang yang biasa diberikan oleh orang tua kepada anaknya atau yang biasa diberikan tunangan atau diberikan oleh teman akrab kepada seseorang.
2. Kesepian Sosial
Kesepian ini timbul bila orang kehilangan rasa terintegrasi secara sosial atau terintegrasi dalam suatu komunikasi, yang biasa didapatkan oleh sekumpulan teman atau rekan sekerja.

Perasaan kesepian tersebut dapat dibedakan kedalam dua tipe, yaitu:

1. Kesepian Sementara (*transient loneliness*)
Kesepian sementara adalah kesepian yang datangnya secara singkat dan cepat berlalu. Seperti angin dingin yang berhembus secara tiba-tiba entah datangnya dari mana lalu berhenti dan menghilang entah kemana.
2. Kesepian kronis (*chronic loneliness*)
Kesepian kronis adalah kesepian yang dialami seseorang secara terus-menerus atau tidak hilang-hilang. Kesepian kronis ini dapat diartikan sebagai rasa kesepian yang dialami oleh seseorang dalam rentang waktu lama.

Dengan adanya perbedaan antara kesepian sementara dan kesepian kronis selanjutnya ada tiga cara menganalisis kesepian (Bruno, 2000).

1. Kesepian kognitif (*cognitive loneliness*)
Kesepian ini terjadi ketika seseorang hanya punya sedikit teman untuk berbagi pikiran atau gagasan yang seseorang itu anggap penting.
2. Kesepian (*behavioral loneliness*)
Kesepian ini terjadi ketika seseorang sedikit atau tidak mempunyai teman sewaktu berjalan-jalan dan melakukan kegiatan di luar rumah.
3. Kesepian emosional (*emotional loneliness*)
Kesepian terjadi ketika seseorang membutuhkan kasih sayang tapi tidak mendapatkannya. Kesepian ini terjadi karena tidak adanya figur kedekatan dalam hubungan intimnya, seperti anak yang tidak memiliki orang tua atau orang dewasa yang tidak memiliki pasangan atau teman dekat. Kesepian emosional dapat terjadi karena tidak memiliki hubungan dekat yang dengan orang lain, kurangnya adanya perhatian satu sama lain. Jika individu merasakan beberapa hal ini, meskipun individu tersebut berinteraksi dengan orang banyak tetapi individu akan tetap merasakan kesepian.

Dari beberapa bentuk-bentuk kesepian dapat ditarik kesimpulan bahwa bentuk kesepian adalah keadaan yang terpisah dari orang lain yang bersifat objektif. Meskipun tidak selalu, kesendirian dan kesepian sering kali mempunyai hubungan yang erat

2.2.4 Faktor- Faktor Kesepian

Menurut Bruns (1988) beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian, yaitu:

- a. Adanya perasaan rendah diri, individu yang memiliki perasaan rendah diri akan merasa malu dan mengalami kesepian, sebab individu akan selalu membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang tampak lebih cerdas dan lebih menarik dari pada dirinya.

- b. Perfeksionisme pribadi, harapan tinggi individu yang tidak realistis terhadap dirinya sendiri dapat menimbulkan kesepian
 - c. Rasa malu dan kecemasan sosial, sebagian seseorang akan merasa canggung bila berada dalam kelompok yang baru
 - d. Merasa tidak mempunyai harapan, sebagian seseorang yang merasa tidak lagi mempunyai harapan untuk mengembangkan diri di suatu lingkungan cenderung akan mengalami kesepian
 - e. Rasa terasing dan terkucil, seseorang yang merasakan kesepian, akan mengalami kesulitan dalam berteman dan menemukan kelompok dimana tempat mereka akan bergabung.
- Adapun menurut Peplau dan Perlman, ada dua faktor yang menyebabkan terjadinya kesepian, yaitu:

- a. Faktor-faktor pemicu (*precipitating factor*); (1). Berakhirnya suatu hubungan yang dekat seperti kematian, perceraian, putus cinta, serta perpisahan secara fisik yang terkadang membuat individu kearah kesepian, (2). Faktor kualitas dari hubungan sosial seseorang yang rendah, (3). Lingkungan kehidupan yang berubah dalam kapasitas seseorang atau keinginan dalam hubungan sosial yang mungkin mempercepat munculnya kesepian, jika tidak dapat dibarengi dengan kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam suatu hubungan yang sebenarnya, (4). Faktor perubahan situasional juga menimbulkan rasa kesepian.
- b. Faktor-faktor yang mendahului dan mempertahankan (*factor Predisposing and maintaining*); faktor-faktor yang mendahului dan mempertahankan yaitu faktor kepribadian dan faktor situasional yang dapat menyebabkan terjadinya kesepian. Faktor yang juga dapat mempersulit individu yang mengalami kesepian untuk membangun Kembali hubungan sosial yang memuaskan.

Dari uraian diatas dapat ditarik disimpulkan bahwa faktor kesepian adalah berakhirnya hubungan dekat dengan keluarga, teman, serta lingkungan sekitar sehingga membuat hubungan sosial seseorang yang rendah, serta perubahan situasional yang menimbulkan rasa kesepian.

2.2.5 Kepribadian Kesepian

Menurut Peplau dan Perlman ada beberapa faktor kepribadian berkaitan dengan kesepian, yaitu:

1. Seseorang yang mengami kesepian cenderung lebih introvert dan pemalu dan lebih sadar diri dan kurang asertif .
2. Seseorang yang mengalami kesepian sering memiliki keterampilan sosial yang buruk.
3. Seseorang yang mengalami kesepian juga dapat berkaitan dengan rasa kecemasan dan depresi.

Faktor-faktor kepribadian ini bisa menjadi penyebab dari kesepian. Sebagai contoh orang yang memiliki harga diri rendah mungkin kurang mempunyai kemauan untuk mengambil resiko dalam lingkungan sosial, yang makin mempersulit mereka untuk membentuk persahabatan dan meningkatkan kemungkinan bahwa mereka mengalami kesepian, dilain pihak pengalaman kesepian dalam jangka waktu lama bisa menyebabkan seseorang memandang dirinya sebagai orang yang telah mengalami kegagalan sosial dan kemudian menimbulkan kemerosotan harga diri nya.

2.3 Lansia dan Kesenian Dalam Al-Qur'an dan Hadist

Islam memandang masyarakat lansia dengan pandangan terhormat. Islam memberikan perhatian khusus terhadap lansia, baik kondisi fisik, kesehatan reproduksi, dan kondisi psikologologis mereka. Dalam islam, penuaan adalah sebagai penanda, simbol ilmu dan pengalaman hidup. Ketika berbicara tentang kehidupan setiap manusia pasti akan mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan selama masa usianya, mulai dari bayi sampai memasuki usia tua bahkan meninggal dunia. Sehingga masa tua merupakan masa yang tidak dapat ditolak atau dihindari oleh siapapun.

Islam merupakan agama bagi umat muslim dan Al-Qur'an sebagai pedoman hidup bagi umat muslim. Dalam Al-Qur'an Allah SWT telah menjelaskan bagaimana proses terbentuknya manusia dari awal mulanya, sampai pada masa dewasa, tua, meninggal hingga dibangkitkan kembali. Seperti yang dijelaskan Allah dalam surat Al-hajj ayat 5:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْقَةٍ ثُمَّ مِن عُلُقَةٍ ثُمَّ مِن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يُتَوَفَّىٰ وَمِنْكُمْ مَّن يَرُدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَىٰ الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ

Artinya:

"Wahai manusia! Jika kamu meragukan (hari) kebangkitan, maka sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu; dan Kami tetapkan dalam rahim menurut kehendak Kami sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampai kepada usia dewasa, dan di antara kamu yang dikembalikan sampai usia dewasa, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (ada pula) di antara kamu yang

dikembalikan sampai tua (pikun), sehingga dia tidak mengetahui lagi sesuatu yang telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami Turunkan air (hujan) di atasnya, hiduplah bumi itu dan menjadi subur dan menumbuhkan berbagai jenis pasangan tetumbuhan yang indah.” (Qs. Al-Hajj: 5)

Ayat ini menjelaskan tentang fase-fase pertumbuhan dan perkembangan pada manusia, mulai masa prenatal hingga lanjut usia. Dalam kemampuan menghafal atau mengingat pada manusia berkembang pesat sejak usia anak-anak sampai puncaknya sekitar usia tiga puluhan. Kemudian, turun secara perlahan sampai setelah usia mencapai paru baya penurunnya semakin nyata. Semakin bertambah usia semakin menurun pula daya ingat sampai suatu masa yang dikenal luas sebagai pikun dan mungkin tak ingat banyak kembali kejadian yang pernah dialami dalam kehidupan masa lalu (Shihab, 2002).

Selanjutnya ayat yang menjelaskan tentang usia lanjut di dalam Al-Qur'an surat An-Nahl Ayat 70:

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ آرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ
عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ ۝

Artinya:

"Dan Allah telah menciptakan kamu, kemudian mewafatkanmu, di antara kamu ada yang dikembalikan kepada usia yang tua renta (pikun), sehingga dia tidak mengetahui lagi sesuatu yang pernah diketahuinya. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Mahakuasa.” (QS. An-Nahl:70)

Dalam ayat ini menjelaskan bahwa hanya Allah sendiri yang menciptakan kamu dari tiada, kemudian melalui pertemuan sperma dan ovum kamu lahir dan mengalami tumbuh kembang, kemudian mematikan kamu dengan berbagai macam cara dan usia yang berbeda. Ada yang dimatikan saat masa anak-anak, remaja, dewasa, dan dalam usia lanjut, atau ada yang diberi kekuatan lahir dan batin sehingga terpelihara jasmani dan akalnya dan diantara kamu ada juga yang dikembalikan oleh Allah SWT dengan sangat mudah kepada umur yang paling lemah, yakni secara perlahan-lahan kembali seperti

bayi tak berdaya baik fisik dan psikis karena otot dan urat nadinya telah mengendor dan daya kerja sel-selnya menurun sehingga dia menjadi pikun tidak mengetahui lagi sesuatu pun yang pernah diketahuinya. Setelah itu, dia pun akan mati. Sesungguhnya Allah SWT maha mengetahui segala sesuatu, termasuk rahasia ciptaannya, lagi maha kuasa untuk mewujudkan apa yang dikehendakinya (Shihab, 2002).

Usia lanjut dapat dikatakan sebagai tahap terakhir dalam perkembangan kehidupan manusia. Al-Qur'an menggambarkan bahwa orang yang dipanjangkan umurnya maka ia akan dikembalikan kepada kejadiannya semula. Hal ini dijelaskan dalam surat Yasin Ayat 68:

وَمَنْ تُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ

Artinya:

"Dan barang siapa yang kami panjangkan umurnya niscaya kami kembalikan dia kepada kejadian(nya). Maka apakah mereka tidak memikirkannya?"(Q.S. Yasin:68)

Dalam ayat ini dijelaskan bahwa lansia merupakan seseorang yang sudah berumur 60 tahun atau lebih yang ditandai dengan perubahan-perubahan fisik maupun psikis yang semakin merosot.

Usia lanjut merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Pada tahap ini usia dimulai 60-an sampai akhir kehidupan. Pada periode ini dijelaskan dalam Hadis sebagai berikut:

أَعْمَارُ أُمَّتِي مَا بَيْنَ السَّبْتَيْنِ إِلَى السَّبْعِينَ وَأَقْلَهُمْ مَنْ يَجُوزُ ذَلِكَ

"Masa penuaan umur umatku adalah enam puluh hingga tujuh puluh tahun." (HR Muslim dan Nasa'i).

Kemudian yang berkaitan dengan penurunan yang terjadi di usia tua, Nabi Muhammad Saw pernah berdoa'a kepada Allah Swt "dan aku berlindung kepadamu dari usia yang paling hina (tua renta)". Namun orang yang beramal baik tidak akan menyesali umur panjangnya. Sebagaimana digambarkan dalam hadist:

يَا رَسُولَ اللَّهِ مَنْ خَيْرُ النَّاسِ قَالَ : مَنْ طَالَ عُمُرُهُ وَحَسَنَ عَمَلُهُ

Artinya:

"Wahai Rasulullah, siapakah sebaik-baik manusia?" Beliau menjawab: "Orang yang panjang umurnya dan baik amalannya." (HR At-Thirmidhi).

Menjadi tua bukanlah hal mudah untuk dijalani, setiap individu yang melewati tahap perkembangan ini mempunyai berbagai permasalahan yang telah dilewati salah satunya adalah kesepian. Kesepian adalah hal yang bersifat pribadi dan setiap individu akan menanggapi hal tersebut secara berbeda. Lansia yang mengalami kesepian terkadang tidak dapat berbuat apa-apa hanya saja mereka masih percaya bahwa dengan mengingat sang pencipta Allah SWT hati akan menjadi jauh lebih tenang. Hal ini dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

Artinya:

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang" (QS. Ar-Ra'ad:28).

Dari uraian ayat ini Allah menjelaskan bahwa orang-orang yang mendapat tuntunannya, yaitu orang-orang yang beriman dan hatinya menjadi tenang karena selalu mengingat Allah. Dengan mengingat Allah hati akan jauh menjadi lebih tenang dan jiwa menjadi jauh lebih tenang, tidak merasa perasaan gelisah, ataupun merasa khawatir yang berlebihan. Mereka melakukan hal-hal yang baik dan merasa bahagia dengan hal-hal baik yang telah dilakukan.

2.4 KERANGKA BERPIKIR

Kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui bagan berikut:



