

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Populasi lansia di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS tahun 2021), jumlah lansia di Indonesia mencapai 30,16 juta jiwa, atau 11,01% dari total penduduk. Lansia adalah kelompok usia 60 tahun ke atas, dan angka ini diproyeksikan terus bertambah menjadi 42 juta pada tahun 2030 dan 48,2 juta jiwa pada tahun 2035. Pertumbuhan ini menjadikan Indonesia masuk dalam fase aging population, yaitu kondisi di mana proporsi penduduk lansia meningkat signifikan dibandingkan kelompok usia lainnya (BPS, 2023).

Dukungan sosial menjadi solusi alternatif yang signifikan dalam mengurangi *loneliness* pada lansia. Dukungan ini dapat bersumber dari keluarga, teman, komunitas, maupun platform berbasis digital. Secara umum, dukungan sosial memberikan rasa keterhubungan yang membantu lansia merasa dihargai, diakui, dan tidak sendirian. Kesepian ini berdampak pada kesehatan mental dan fisik mereka, meningkatkan risiko gangguan kesehatan seperti hipertensi, penyakit jantung, dan depresi, serta memperburuk kualitas hidup secara keseluruhan. Salah satu dampak utama adalah peningkatan risiko gangguan kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan. Lansia yang kesepian cenderung memiliki pikiran negatif yang berulang, yang dapat memperburuk kondisi psikologis mereka (Sumarsih, 2023).

Berdasarkan berbagai penelitian, prevalensi kejadian *loneliness* pada lansia di dunia menunjukkan angka yang cukup tinggi. Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2020 menyebutkan bahwa sekitar 20–34% lansia di dunia mengalami kejadian *loneliness*, dengan angka yang lebih tinggi pada lansia yang tinggal sendiri atau di panti jompo. Di Indonesia, prevalensi kesepian pada lansia juga menunjukkan tren yang meningkat. Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2021 melaporkan bahwa sekitar 30% lansia di Indonesia mengalami kesepian sedang hingga berat. Di Provinsi Jawa Timur, menurut Badan Pusat Statistik (BPS), angka kesepian pada lansia juga cukup signifikan sekitar 7,14 %. Di kecamatan Slahung ditemukan bahwa rata-rata lansia tersebut mengalami kesepian ringan dengan skor rata-rata 643,2%. Selain itu, kesepian lansia kecamatan slahung berada pada kategori sedang dengan skor rata-rata 40,3%.

Penelitian sebelumnya di Amerika Serikat oleh (Rosenberg *et al.* 2021) menemukan bahwa interaksi tatap muka berkaitan dengan tingkat kesepian yang lebih rendah, sedangkan interaksi jarak jauh atau virtual tidak menunjukkan kaitan yang serupa. Di Indonesia, penelitian oleh Hasanah *et al.* (2022) mengungkapkan adanya hubungan negatif yang cukup signifikan antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia.

Studi pendahuluan dilakukan wawancara dengan Ketua Posyandu Lansia di Kecamatan Slahung Kabupaten Ponorogo, ditemukan bahwa sebagian lansia di daerah tersebut tinggal bersama keluarga inti atau sendiri, sedangkan anggota keluarga lainnya bekerja di luar rumah.

Kondisi ini menyebabkan interaksi sosial lansia menjadi terbatas pada lingkungan rumah tangga atau tetangga sekitar. Beberapa lansia juga mengaku jarang mengikuti kegiatan komunitas karena kendala kesehatan atau mobilitas. Hal ini meningkatkan potensi isolasi sosial pada lansia di wilayah tersebut. Selain itu, hasil diskusi dengan dinas sosial di Kabupaten Ponorogo menunjukkan bahwa sekitar 30% dari pasien lansia yang datang berkonsultasi mengeluhkan rasa kesepian, cemas, atau sedih, terutama pada saat sakit yang membatasi aktivitas sosial.

Dukungan sosial *online* semakin relevan di era digital, termasuk bagi lansia. Kemajuan teknologi memungkinkan lansia untuk tetap terhubung dengan keluarga, teman, dan komunitas meskipun memiliki keterbatasan mobilitas. Platform seperti *WhatsApp*, *Facebook*, dan aplikasi panggilan video seperti *Zoom* dan *Google Meet* menjadi media penting untuk mendukung komunikasi sosial lansia. Salah satu manfaat dukungan sosial *online* adalah mengurangi isolasi sosial. Lansia yang sebelumnya sulit terhubung secara langsung karena faktor jarak atau kesehatan dapat memanfaatkan teknologi untuk menjaga komunikasi. Hal ini membantu mereka tetap merasa diterima dan dihargai oleh lingkungannya. Selain itu, dukungan sosial *online* dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan emosional (Napitulu et al., 2020).

Perhatian dan kepedulian terhadap lansia merupakan kewajiban yang tidak hanya bersifat sosial tetapi juga memiliki landasan agama. Dalam (QS. Luqman:14), Allah SWT berfirman, "*Dan Kami perintahkan kepada manusia (agar berbuat baik) kepada kedua orang tua. Ibunya*

telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapiknya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu. Hanya kepada Aku kembalimu." Ayat ini menegaskan pentingnya bersyukur kepada Allah dan orang tua, serta berbuat baik kepada mereka, khususnya ketika mereka memasuki usia lanjut. Lansia sering mengalami kerentanan baik fisik maupun emosional, sehingga dukungan sosial, termasuk yang berbasis teknologi digital, menjadi salah satu bentuk aktualisasi dari nilai-nilai agama dalam menghormati dan menjaga kesejahteraan mereka. Dengan memberikan perhatian dan kasih sayang, diharapkan dapat meringankan beban kesepian yang kerap mereka rasakan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk menjawab pertanyaan berikut : “Bagaimana hubungan dukungan sosial berbasis *online* dengan kejadian *loneliness* lansia pada Era Digital?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum.

Mengetahui hubungan antara dukungan sosial berbasis *online* dengan kejadian *loneliness* lansia pada Era Digital.

1.3.2 Tujuan Khusus.

- a. Mengidentifikasi gambaran dukungan sosial berbasis *online* pada lansia pada Era Digital
- b. Mengidentifikasi kejadian *loneliness* lansia pada Era Digital

- c. Menganalisis hubungan dukungan sosial berbasis *online* dengan kejadian *loneliness* lansia pada Era Digital

1.4 Manfaat Penelitian.

1.4.1 Manfaat Teoritis.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori dalam keperawatan gerontik, khususnya mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikososial lansia di era digital. Hasil penelitian ini dapat memperkaya literatur tentang peran dukungan sosial, baik secara langsung maupun melalui media *online*, dalam mengurangi risiko *loneliness* pada lansia. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar pengembangan model intervensi berbasis teknologi yang sesuai dengan kebutuhan lansia di era digital, sehingga memperkuat kerangka teori tentang hubungan sosial dan kualitas hidup pada kelompok usia lanjut.

1.4.2 Manfaat Praktis.

Penelitian ini memberikan wawasan bagi perawat, keluarga, dan masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup lansia melalui optimalisasi dukungan sosial, termasuk melalui pemanfaatan teknologi digital. Bagi tenaga kesehatan, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam merancang program promosi kesehatan atau intervensi psikososial yang bertujuan mencegah *loneliness* pada lansia. Bagi keluarga, penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya peran mereka dalam memberikan dukungan sosial, baik secara langsung maupun melalui komunikasi *online*. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan

bagi pembuat kebijakan untuk mengembangkan program-program pemberdayaan lansia di era digital, seperti pelatihan literasi digital dan penyediaan akses teknologi yang ramah lansia

1.5 Keaslian Penelitian

1. Dukungan Sosial dan Kesenian Lansia di Banda Aceh

Penelitian yang dilakukan oleh (Pospos, Dahlia, Khairani, dan Afriani, 2022) berjudul "Dukungan Sosial dan Kesenian Lansia di Banda Aceh" bertujuan untuk memahami hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kesepian pada lansia. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fakta bahwa lansia rentan mengalami kesepian akibat perubahan struktur keluarga, berkurangnya interaksi sosial, dan keterbatasan fisik. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian melibatkan lansia di Banda Aceh, dan data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur dukungan sosial serta kesepian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia. Lansia yang menerima dukungan sosial lebih tinggi dari keluarga atau komunitas cenderung memiliki tingkat kesepian yang lebih rendah. Kesimpulannya, dukungan sosial memainkan peran penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis lansia. Peneliti merekomendasikan penguatan interaksi sosial melalui program komunitas atau peningkatan peran keluarga untuk membantu mengurangi kesepian pada lansia.

Dari segi metode, kedua penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengeksplorasi hubungan antara dukungan

sosial dan kesepian pada lansia. Sama-sama menggunakan desain penelitian *cross-sectional*, kedua studi juga mengukur variabel utama dengan instrumen terstandarisasi seperti *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* dan *UCLA Loneliness Scale*. Namun, terdapat beberapa perbedaan mendasar. Penelitian ini secara khusus menambahkan fokus pada dukungan sosial berbasis *online* di era digital, yang tidak menjadi bagian dari kajian dalam penelitian Pospos et al. Penelitian ini juga mempertimbangkan bagaimana teknologi digital dapat memengaruhi interaksi sosial lansia, memperluas cakupan penelitian tentang dukungan sosial dan kesepian.

2. Hubungan Dukungan Sosial *Online (Online Social Support)* dengan Perilaku Menyakiti Diri Secara Sengaja (*Deliberate Self-Harm*) pada Pengguna Media Sosial

Penelitian yang dilakukan oleh (Nandela ,2019) bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial yang diterima secara *online (online social support)* dengan perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) di kalangan pengguna media sosial Twitter. Latar belakang penelitian ini didasari oleh tingginya prevalensi self-harm di kalangan pengguna media sosial, khususnya di platform seperti *Twitter*, yang berfungsi sebagai tempat berbagi pengalaman emosional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dirancang untuk mengukur tingkat dukungan sosial *online* dan kecenderungan perilaku self-harm. Responden

penelitian adalah pengguna media sosial *Twitter*, dengan fokus pada kelompok usia tertentu yang rentan terhadap tekanan emosional.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat dukungan sosial *online* dan perilaku self-harm. Individu yang menerima lebih banyak dukungan sosial di media sosial cenderung menunjukkan perilaku self-harm yang lebih rendah. Kesimpulannya, dukungan sosial yang diberikan secara *online* dapat menjadi salah satu faktor pelindung terhadap perilaku self-harm di kalangan pengguna media sosial.

Kedua penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menganalisis hubungan antar variabel. Kedua penelitian juga memanfaatkan data yang dikumpulkan melalui instrumen kuisioner yang mengukur persepsi individu terhadap dukungan sosial secara *online*.

Namun, terdapat perbedaan signifikan pada objek dan fokus penelitian. Penelitian Nandela berfokus pada pengguna media sosial *Twitter* dari berbagai usia yang mengalami perilaku menyakiti diri (*self-harm*), sedangkan penelitian ini berfokus pada populasi lansia di komunitas rural Dusun X yang menghadapi masalah kesepian (*loneliness*). Selain itu, instrumen yang digunakan pada penelitian ini, seperti *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* dan *UCLA Loneliness Scale*, disesuaikan untuk mengukur pengalaman dukungan sosial dan kesepian pada lansia, berbeda dengan instrumen yang digunakan oleh Nandela yang lebih spesifik pada perilaku *self-harm*.