

**KESEPIAN LANSIA BERSTATUS JANDA  
(Studi Kasus Terhadap Dua Orang Lansia Janda di Panti  
Pelayanan Sosial Lanjut Usia “Sudagaran” Kabupaten  
Banyumas)**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos)**

**Oleh:**

**ASRI NURYANI  
NIM. 1423101053**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PURWOKERTO  
2018**

**KESEPIAN LANSIA BERSTATUS JANDA**  
(Studi Kasus Terhadap Dua Orang Lansia Janda di Panti Pelayanan Sosial Lanjut  
Usia “Sudagaran” Kabupaten Banyumas)

ASRI NURYANI  
1423101053

Jurusan S1 Bimbingan dan Konseling Islam  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto

**ABSTRAK**

Seorang lansia dalam hidupnya akan mengalami banyak perubahan dan perkembangan. Misalnya saja dari aspek fisik dan psikologis. Salah satu masalah psikologis yang sering di alami lansia adalah kesepian. Pada lansia kesepian ini sering diakibatkan karena kurangnya hubungan intim dengan orang-orang terdekat, seperti yang diberikan orang tua kepada anaknya dan sebaliknya, atau suami terhadap istri. Pada lansia janda, kesepian merupakan masalah psikologis yang sudah umum terjadi. Kehilangan pasangan hidup akan mempengaruhi segala aspek dalam kehidupannya. Beberapa penelitian menyatakan, bahwa setelah kematian pasangan hidupnya, wanita cenderung memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan karena sebuah pernikahan menjadi sentral dari segala aktifitas atau hubungan sosial bagi wanita.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk kesepian lansia berstatus janda serta upayanya dalam mengatasi kesepian di PPSLU “Sudagaran” Banyumas. Penelitian ini memfokuskan pada masalah psikologis lansia berstatus janda, yaitu kesepian, yang berada di PPSLU “Sudagaran” Banyumas.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang bersifat kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui proses observasi di lapangan, wawancara secara mendalam, dan dokumentasi sebagai bukti konkrit pelaksanaan penelitian. Sedangkan analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Metode ini digunakan untuk menggambarkan dan menjelaskan bentuk kesepian lansia berstatus janda serta upayanya dalam mengatasi kesepian di PPSLU “Sudagaran” Banyumas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua subyek yang digunakan dalam penelitian ini mengalami suatu bentuk kesepian emosional, yang dilatarbelakangi oleh faktor psikologis dan faktor lingkungan. Sedangkan subyek dalam penelitian ini memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasinya. Pada subyek pertama (Mbah Susini) lebih mengutamakan pengenalan terhadap diri sendiri, seperti menumbuhkan rasa ikhlas dengan meningkatkan kuantitas dan kualitas ibadah. Pada subjek kedua (Mbah Tarisem), upaya yang dilakukan adalah berkomunikasi dengan sesama PM dan rajin mengikuti setiap kegiatan yang ada di PPSLU “Sudagaran” Banyumas.

**Kata kunci:** kesepian, lansia, janda

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	7
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	9
E. Tinjauan Pustaka .....	10
F. Sistematika Penulisan.....	12
<b>BAB II PEMBAHASAN</b>	
A. Kesepian	
1. Definisi.....	14
2. Tipe-tipe Kesepian .....	16

3. Aspek-aspek Kesepian .....	18
4. Faktor yang mempengaruhi kesepian.....	21
5. Karakteristik kesepian .....	23
6. Indikator tingkah laku kesepian .....	24
7. Upaya dalam mengatasi kesepian .....	24
<b>B. Lansia</b>	
1. Definisi.....	25
2. Ciri-ciri lanjut usia .....	27
3. Tipe-tipe lanjut usia.....	28
4. Perubahan-perubahan yang terjadi pada lanjut usia.....	30
5. Masalah-masalah lanjut usia .....	33
6. Kehidupan perkawinan lansia .....	37
7. Kehidupan seksual lansia .....	38
8. Religiusitas pada lansia.....	38
<b>C. Janda</b>	
1. Definisi.....	40
2. Menjadi janda.....	41
3. Konteks budaya terhadap janda .....	42
4. Konsekuensi hidup sebagai janda .....	42
5. Kebutuhan psikologis janda .....	43
6. Kesepian pada janda.....	45

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis penelitian.....	46
--------------------------	----

B. Unit penelitian.....	47
C. Sumber data penelitian.....	48
D. Teknik pengumpulan data.....	49
E. Teknik analisis data.....	55

#### **BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA**

A. Gambaran Umum PPSLU “Sudagaran” Banyumas	
1. Sejarah berdirinya PPSLU “Sudagaran” Banyumas .....	54
2. Visi, Misi, Tugas pokok, dan Fungsi .....	57
3. Struktur Kepengurusan .....	59
B. Gambaran Umum Subjek.....	59
C. Temuan Penelitian	
1. Bentuk kesepian lansia berstatus janda .....	68
2. Upaya lansia berstatus janda dalam mengatasi kesepian .....	76

#### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	79
B. Saran.....	80
C. Penutup.....	80

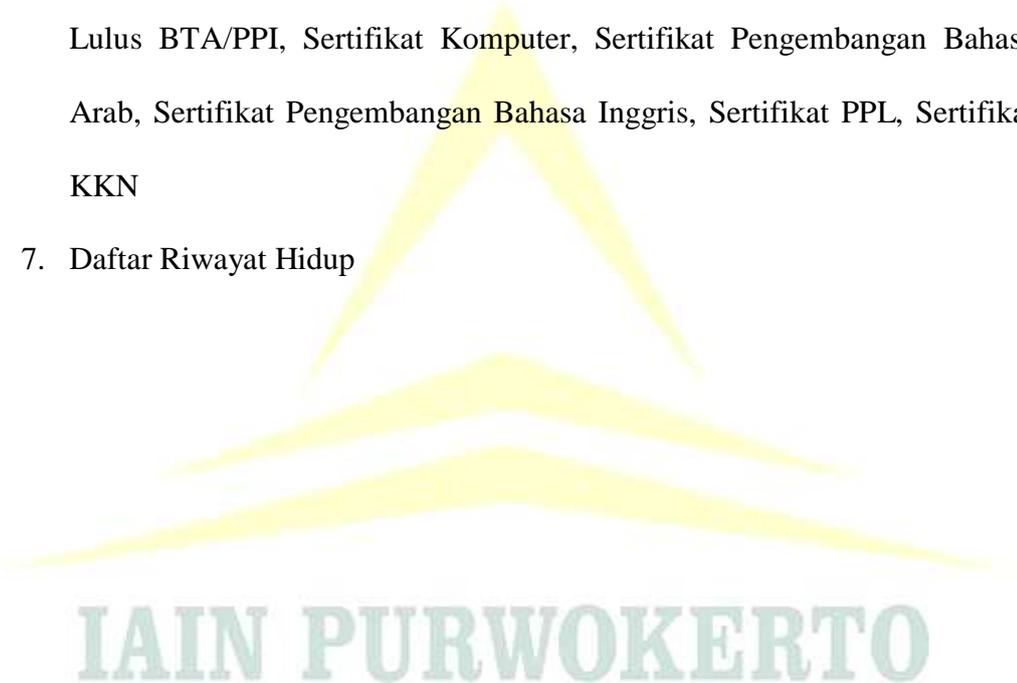
#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

#### **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Hasil wawancara
2. Surat keterangan pembimbing skripsi
3. Surat ijin penelitian dari Dinas Sosial Provinsi Jawa tengah
4. Surat keterangan lulus ujian komprehensif
5. Surat keterangan wakaf perpustakaan
6. Sertifikat-sertifikat yang meliputi: Sertifikat OPAK, Surat Keterangan Lulus BTA/PPI, Sertifikat Komputer, Sertifikat Pengembangan Bahasa Arab, Sertifikat Pengembangan Bahasa Inggris, Sertifikat PPL, Sertifikat KKN
7. Daftar Riwayat Hidup



IAIN PURWOKERTO

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Masa lanjut usia adalah masa perkembangan terakhir dalam hidup manusia. Perkembangan yang dimaksud disini bukan mengarah pada perkembangan fisik seperti yang dialami remaja. Melainkan adalah perkembangan psikologis dan sosialnya. Hal ini seperti diuraikan oleh Erikson, bahwa tugas perkembangan di lanjut usia adalah tercapainya integritas dalam diri seseorang. Artinya seorang lanjut usia memiliki tanggung jawab untuk dapat berhasil memenuhi komitmen dalam hubungan dengan dirinya sendiri dan dengan pribadi lain.<sup>1</sup>

Secara mendasar, pengertian lanjut usia telah diuraikan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, yaitu seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.<sup>2</sup> Selain itu, UU RI Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia Bab 1 Pasal 1, yang dimaksud dengan lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.<sup>3</sup>

Indonesia saat ini telah masuk sebagai negara yang berstruktur penduduk tua sebagaimana ketentuan badan dunia, karena jumlah penduduk lansia telah

---

<sup>1</sup>Jobans E. Prawitasari, *Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia* dalam *Jurnal Buletin Psikologi Edisi No. 1 - 1994*, (Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 1994), hlm. 27

<sup>2</sup>Kementerian Kesehatan RI, *Analisis Lansia di Indonesia*, (Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2017), hlm. 1. Diunduh dari [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id), diakses pada hari Selasa, 13 Maret 2018, pk. 08.45 WIB

<sup>3</sup>Yeniari Indriana, *Gerontologi: Memahami Kehidupan Usia Lanjut*, (Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro Semarang, 2008), hlm. 85

mencapai lebih dari 7 persen. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2000 sebanyak 14.439.967 jiwa (7,18 persen), selanjutnya pada tahun 2010 meningkat menjadi 23.992.553 jiwa (9,77 persen). Pada tahun 2020 diprediksikan jumlah lansia mencapai 28.882.879 jiwa (11,34 persen).<sup>4</sup> Kenaikan jumlah ini sedikit banyak dipengaruhi oleh penurunan angka fertilitas (kelahiran) dan mortalitas (kematian), serta peningkatan angka harapan hidup (*life expectancy*), yang mengubah struktur penduduk secara keseluruhan. Sedangkan proses terjadinya penuaan penduduk tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya peningkatan gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, hingga kemajuan tingkat Pendidikan dan sosial ekonomi yang semakin baik.<sup>5</sup>

Tanpa bermaksud melupakan fenomena tersebut, seorang lansia dalam hidupnya akan mengalami banyak perubahan dan perkembangan. Misalnya saja dari aspek fisik dan psikologis. Semua perubahan tersebut menentukan sampai taraf tertentu, apakah lansia akan melakukan penyesuaian sosial yang baik atau justru buruk. Akan tetapi Hurlock berpendapat, bahwa ciri-ciri usia lanjut justru cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kepada kebahagiaan.<sup>6</sup> Perasaan tidak berguna dan tidak diinginkan membuat banyak lansia mengembangkan perasaan rendah diri dan marah. Perasaan ini tentu saja tidak membantu untuk penyesuaian sosial

---

<sup>4</sup>Dikutip dari <https://health.detik.com>, diakses pada hari Minggu, 11 Maret 2018, pkl. 13.00 WIB

<sup>5</sup>Kementerian Kesehatan RI, *Analisis Lansia di Indonesia*.....hlm. 1

<sup>6</sup>Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1996), hlm. 308

dan pribadi yang baik. Selain itu, masalah psikologis yang umum terjadi pada lansia adalah kesepian.<sup>7</sup>

Banyak ahli yang mencetuskan arti kesepian, termasuk Bruno. Menurutnya, kesepian adalah suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan-perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain.<sup>8</sup> Kemunculan masalah psikologis tersebut, berpotensi memberikan dampak negatif yang dapat mempengaruhi lansia. Akan tetapi, kesepian merupakan hal yang bersifat pribadi dan akan ditanggapi berbeda oleh setiap orang. Bagi sebagian orang kesepian dapat diterima secara normal, namun bagi sebagian yang lain bisa menjadi sebuah kesedihan yang mendalam. Oleh karena demikian, setiap individu akan memiliki interpretasi sendiri tentang perasaan kesepian yang dialami, dan akan ditemui berbeda pada setiap orang.<sup>9</sup>

Dalam rangka menyikapi permasalahan tersebut, salah satu hal yang dilakukan pemerintah adalah dengan membangun sebuah panti pelayanan sosial, salah satunya Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Sudagaran, Banyumas, yang selanjutnya disebut PPSLU Sudagaran, Banyumas.

Keberadaan panti pelayanan sosial ini menjadi solusi dari berbagai permasalahan lansia, baik yang bersifat fisik maupun psikologis, seperti perasaan

---

<sup>7</sup>Bonar Hutapea, "Emotional Intelligence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi berbasis Keagamaan di Jakarta", dimuat dalam *Jurnal INSAN*, Vol. 13 No. 02, Agustus 2011, hlm. 65. Diunduh dari [www.journal.unair.ac.id](http://www.journal.unair.ac.id), diakses pada hari Selasa, 13 Maret 2018, pk. 08.45 WIB

<sup>8</sup>Tri Dayakisni, *Psikologi Sosial*, (Malang: UMM Press, 2003), hlm. 185-188

<sup>9</sup>Bintang Mara Setiawan, "Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak", *Skripsi*, (Semarang: Universitas Negeri Semarang, ) ,hlm. 6. Diunduh dari [lib.unnes.ac.id](http://lib.unnes.ac.id), diakses pada hari Selasa, 13 Maret 2018, pk. 09.00 WIB

tersisihkan, tidak berguna, ketidak berfungsi sosial, penurunan kemampuan fisik, dan berbagai permasalahan lainnya.<sup>10</sup>

Berdasarkan data observasi pendahuluan pada tanggal 12 Maret 2018, diketahui jumlah total lansia di PPSLU Sudagar, Banyumas sebanyak 38 orang. Jumlah ini terus bertambah setiap bulannya. Pada bulan juli jumlah lansia di PPSLU “Sudagar” Banyumas sudah mencapai 40 orang, yang terdiri dari 22 orang lansia pria, dan 18 orang lansia wanita.<sup>11</sup> Mereka datang dari latar belakang keluarga yang berbeda-beda. Namun, sebagian besar keberadaan mereka di panti tersebut atas rekomendasi dari keluarga, dan sebagian yang lain atas rekomendasi tetangga dan keinginan diri sendiri. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara awal kepada subjek bernama Susini (nama disamarkan). Lansia berusia 61 tahun ini merupakan salah satu lansia yang mendapat rekomendasi dari tetangga untuk tinggal di PPSLU “Sudagar” Banyumas. Kemudian subjek bernama Sutarni (60 tahun). Beliau bercerita mengenai keberadaannya dipanti adalah merupakan kemauan dirinya sendiri, atas dasar alasan ekonomi.

Dari 18 orang lansia wanita, penulis menemukan 13 diantaranya berstatus janda. Sebagian besar kesepian lansia disebabkan oleh kurangnya hubungan intim dengan orang-orang terdekat, dalam hal ini adalah keluarga. Seperti yang diungkapkan Susini. Beliau merasa tersisihkan dan tidak berguna dalam keluarganya sehingga ia memutuskan menerima saran tetangganya untuk tinggal di panti. Disamping itu, rasa kesedihan mendalam atas kepergian suaminya 10 tahun yang lalu masih terlihat jelas, terlebih ketika beliau menangis mengenang

---

<sup>10</sup>Data observasi pendahuluan pada tanggal 12 Maret 2018

<sup>11</sup>Data observasi pada tanggal 30 Juli 2018

kembali sosok almarhum suami. Meskipun demikian, beliau selalu berusaha tak henti-hentinya menumbuhkan rasa ikhlas terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya, termasuk ikhlas dengan keberadaannya di panti saat ini.<sup>12</sup>

Kemudian, subjek bernama Tarisem (60 tahun). Tidak jauh berbeda dari subjek pertama, Mbah Tariem juga sempat menangis ketika di wawancarai seputar kedekatannya dengan keluarga. Pasalnya, menurut penuturan beliau, Mbah Tarisem dulunya memiliki sebuah pernikahan yang tidak sempurna. dalam pernikahannya, beliau tidak bisa memberikan keturunan, sehingga karena itu menimbulkan berbagai permasalahan dengan suami, hingga akhirnya beliau memutuskan untuk mengakhiri pernikahannya. Karena kondisi fisik yang sudah mulai menurun dan faktor ekonomi, akhirnya beliau direkomendasikan oleh pemerintah untuk pindah atau tinggal di PPSLU “Sudagaran” Banyumas. Meski keberadaannya di panti bukan merupakan suatu permasalahan, akan tetapi beliau sejatinya menginginkan sebuah keluarga kecil yang bisa melengkapi kehidupan di sisa-sisa umurnya.<sup>13</sup>

Berdasarkan pemaparan sekilas hasil observasi tersebut, terdapat kesesuaian dengan hasil penelitian Susan Puspita Mandasari yang menyatakan bahwa, wanita yang kehilangan pasangan hidup lebih rentan mengalami kesepian, daripada pria yang tidak memiliki pasangan.<sup>14</sup> Seperti dalam kutipan berikut ini:

*“Setelah kematian pasangan hidupnya wanita cenderung memiliki tingkat loneliness yang tinggi. hal ini sesuai dengan pendapat Borys & Perlman*

---

<sup>12</sup>Wawancara pada tanggal 12 Maret 2018

<sup>13</sup>Wawancara pada tanggal 29 Maret 2018

<sup>14</sup>Dikutip dari <http://www.gunadarma.ac.id> , diakses pada tanggal 8 Mei 2018, pkl. 10.00

*(dalam Deaux, 1993) yang menyatakan bahwa wanita memiliki tingkat loneliness yang lebih tinggi dibanding pria, hal ini disebabkan karena wanita ketika masih bersama pasangan hidupnya selalu menjalankan aktivitas yang aktif secara bersama-sama, selain itu kondisi ekonomi yang mencukupi dan pengaruh kebutuhan sosial yang biasa dijalani bersama-sama sekarang tidak bisa lagi dijalani bersama-sama yang menyebabkan wanita lebih membutuhkan orang lain untuk menjalankan kehidupan tanpa pasangan hidupnya, untuk berbagi pikiran dan pengalaman. Sedangkan pria setelah kehilangan pasangan hidupnya karena kematian, kondisi emosionalnya tidak terlalu berbeda karena karakteristik pria yang tidak suka membuka diri...”*

Selain hal tersebut, dari data observasi juga ditemukan bahwa kehilangan pasangan hidup bukanlah satu-satunya faktor yang menyebabkan kesepian. Akan tetapi berkurangnya peran seorang anak dan anggota keluarga dalam komunikasi juga ikut menyumbang terciptanya masalah psikologis tersebut

Berangkat dari pemaparan sekilas diatas, penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait masalah psikologis kesepian yang dialami lansia janda di PPSLU Sudagaran, Banyumas, termasuk didalamnya berupa bentuk dan upaya lansia janda dalam menangani kesepiannya. Oleh karena demikian, penulis bermaksud mengangkat penelitian ini, dengan judul “Kesepian Lansia Berstatus Janda (Studi Kasus Terhadap Dua Orang Lansia Janda di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia “Sudagaran” Kabupaten Banyumas)”.  
IAIN PURWOKERTO

## B. Definisi Operasional

### a. Kesepian

Kesepian adalah perasaan negative yang dihubungkan pada kurangnya hubungan sosial (komunikasi sosial).<sup>15</sup> Sementara komunikasi, terutama dengan lingkungan sosial merupakan aktivitas dasar manusia. Dengan berkomunikasi manusia dapat saling berhubungan satu sama lain<sup>16</sup>. Bruno menyebutkan, perasaan kurangnya memiliki hubungan sosial diakibatkan karena ketidakpuasan dengan hubungan sosial yang ada. Kesepian juga merupakan keadaan emosional yang berkaitan dengan hubungan yang tidak terpenuhi untuk keintiman atau hubungan akrab dengan orang lain akibat dari kesendirian secara fisik, tetapi juga mencakup perasaan isolasi emosional atau kurangnya koneksi dengan orang lain.<sup>17</sup>

Sedangkan dalam penelitian ini yang dimaksud dengan kesepian adalah masalah psikologis yang dirasakan lansia wanita akibat tidak adanya pasangan hidup, baik karena faktor perceraian atau meninggalnya pasangan.

### b. Lansia

Usia lanjut merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia didunia. Usia tahap ini dimulai dengan usia 60 tahunan sampai dengan akhir kehidupan.<sup>18</sup>

---

<sup>15</sup>Ayu Diah Amalia, “Kesepian dan Isolasi Sosial Yang Djalami Lanjut Usia: Tinjauan dari Perspektif Sosiologis”, dimuat dalam Jurnal Informasi, Vol. 18, No. 02, Tahun 2013, hlm. 204

<sup>16</sup>Arni Muhammad, *Komunikasi Organisasi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), hlm. 1

<sup>17</sup>Tri Dayakisni, *Psikologi Sosial*.....hlm. 185-188

<sup>18</sup>Purwakania Hasan Aliah, *Psikologi Perkembangan Islami “Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra Kelahiran hingga Pasca Kematian”*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 117

Menurut UU RI Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia Bab 1, Pasal 1, yang dimaksud dengan lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas.<sup>19</sup>

Sedangkan dalam penelitian ini, yang dimaksud lansia adalah, seorang wanita yang sudah mencapai usia/lebih dari 60 tahun, berstatus janda, dan masih sehat secara jasmani dan rohani.

c. Janda

Menurut Sukanto dan Usman, individu dikatakan berstatus janda apabila ia ditinggal pasangan hidupnya karena perpisahan perceraian atau ditinggal mati.<sup>20</sup> Dalam referensi lain juga disebutkan, janda merupakan perempuan yang tidak memiliki pasangan dan status kesendirian karena berpisah dengan suami setelah dikumpuli, baik berpisah karena diceraikan maupun karena ditinggal mati. Pria maupun perempuan yang telah menikah dan telah bercampur kemudian berpisah, baik disebabkan karena perceraian maupun kematian adalah berstatus sama.<sup>21</sup>

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan janda adalah sama dengan pengertian di atas, yaitu seseorang yang sudah tidak bersuami, baik karena bercerai atau ditinggal mati.

---

<sup>19</sup>Yeniar Indriana, *Gerontologi: Memahami Kehidupan Usia Lanjut*.....hlm. 85

<sup>20</sup>Nur Fadilah, "Konsep Diri Janda Akibat Perceraian (Studi Kasus di Desa Karangpakis Kecamatan Nusawungu)", *Skripsi*, (Purwokerto: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2016), hlm. 8

<sup>21</sup>Listya Karvistina, "Persepsi Masyarakat Terhadap Status Janda (Studi Kasus di Kampung Iromejan, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta)", *Skripsi*, (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2011), hlm. 21

### **C. Rumusan Masalah**

Beranjak dari apa yang sudah dipaparkan dalam latar belakang diatas, maka untuk lebih detail dalam mengungkap permasalahan tersebut, peneliti merumuskan permasalahan tersebut kedalam beberapa pertanyaan, yaitu:

1. Seperti apa bentuk kesepian yang dirasakan lansia berstatus janda di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) “Sudagaran” Banyumas?
2. Bagaimana upaya lansia berstatus janda di PPSLU “Sudagaran” Banyumas dalam mengatasi kesepian?

### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### 1. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui bentuk kesepian lansia berstatus janda di PPSLU “Sudagaran” Banyumas.
- b. Untuk mengetahui upaya lansia berstatus janda di PPSLU “Sudagaran” Banyumas dalam mengatasi kesepian.

#### 2. Manfaat Penelitian

##### a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan dalam perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang konseling.

##### b. Manfaat Praktis

- 1) Masyarakat dapat merubah pandangan negatif kepada lansia, dan lebih bisa menerima, mengerti dan memberi kesempatan pada lansia untuk dapat mempertahankan keberfungsian sosialnya.
- 2) Keluarga dapat lebih memahami keadaan lansia secara utuh.
- 3) Kepada lansia yang bersangkutan, agar dapat mengubah pandangan negatifnya tentang masa menua dan agar lebih produktif kedepannya.

#### **E. Tinjauan Pustaka**

Penelitian yang dilakukan oleh Sulis Setyowati dengan judul, “Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyun Ansor”.<sup>22</sup> Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif, sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa jenis layanan yang diberikan oleh pendamping Panti Wahyun Ansor kepada lansia adalah layanan informasi, konseling individu, dan layanan bimbingan kelompok. Sedangkan usaha yang dilakukan untuk mengatasi kesepian tersebut adalah dengan menjalin kontak sosial, melakukan aktifitas, dan dukungan sosial.

Perbedaan penelitian tersebut dengan yang penulis lakukan terdapat pada subjek dan objek penelitiannya. Penelitian diatas mengkaji tentang bimbingan konseling yang digunakan dalam mengatasi kesepian lansia, sedangkan dalam penelitian ini, penulis mengkaji tentang kesepian pada lansia yang berstatus janda yang meliputi, bentuk dan upaya lansia dalam menangani kesepiannya.

---

<sup>22</sup>Sulis Setyowati, “Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyun Ansor”, *Skripsi*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2010 ), hlm. vii

Penelitian yang dilakukan oleh Bintang Mara Setiawan dengan judul, “Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak”. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dan teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi kepada dua orang narasumber primer yaitu lansia Panti Werdha Sultan Fatah Demak, dan satu orang narasumber sekunder penelitian yaitu pengasuh lansia. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kesepian dari kedua narasumber primer relatif sangat besar. Dengan kondisi yang dialami oleh subyek penelitian dan lingkungan yang kurang mendukung menambah rasa kesepian kedua subyek semakin besar. Akan tetapi terdapat perbedaan sikap dalam menunjukkan kesepian yang dialami oleh kedua subyek. Lansia laki-laki yang mengalami kesepian masih dapat mengontrol ekspresi emosionalnya akan perasaan kesepian sehingga ketika merasakan hal tersebut lansia laki-laki tidak dapat terlihat dengan jelas bahwa subyek benar-benar sedang mengalaminya, sebaliknya lansia perempuan cenderung mudah mengutarakan ekspresi emosional ketika mengalami kesepian.<sup>23</sup>

Terdapat perbedaan, penelitian diatas dengan yang penulis lakukan. Penelitian diatas, memaparkan tentang gambaran kesepian yang dialami oleh lansia yang berada di Panti Werdha Sultan Fatah Demak, baik laki-laki maupun perempuan. Sedangkan penelitan yang penulis lakukan mengkaji tentang kesepian lansia janda yang meliputi, bentuk dan upaya lansia dalam menangani rasa kesepiannya tersebut.

---

<sup>23</sup>Bintang Mara Setiawan, “Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak”.....hlm. vii

Penelitian yang dilakukan oleh Sari Hayati dengan judul, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenian Pada Lansia”.<sup>24</sup> Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan hasil penelitiannya, memaparkan tentang adanya pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia. Dukungan sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 13,7 %.

Perbedaan penelitian diatas dengan yang penulis lakukan terletak pada apa yang dikaji. Penelitian diatas mengkaji tentang pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia, sedangkan penelitian yang penulis lakukan, mengkaji tentang bentuk kesepian dan upaya lansia janda dalam menangani kesepiannya tersebut.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Untuk mendapatkan gambaran menyeluruh tentang proposal penelitian ini, maka penulis akan memaparkan sekilas bagian-bagiannya sebagai berikut:

Bab I menjelaskan tentang latar belakang di tuliskannya proposal skripsi ini, kemudian pada poin selanjutnya memaparkan definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka dan sistematika penulisan.

Bab II berisi tentang kajian teori sebagai acuan untuk menjawab rumusan masalah yang meliputi tiga sub bab. Sub bab pertama membahas tentang kesepian meliputi, definisi, tipe, aspek, faktor yang mempengaruhi, karakteristik, serta indikator kesepian. Sub bab kedua membahas tentang lansia yang meliputi,

---

<sup>24</sup>Sari Hayati, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenian pada Lansia”, *Skripsi*, (Sumatera: Universitas Sumatera Utara, 2010), hlm. vii

definisi, ciri-ciri, tipe, perubahan, masalah-masalah, kehidupan perkawinan, kehidupan seksualitas, serta religiusitas lansia. Dan sub bab yang terakhir membahas tentang janda, yang meliputi, definisi, menjadi janda, konteks budaya terhadap janda, konsekuensi hidup menjanda, kehidupan psikologis janda, serta kesepian pada janda.

Bab III menjelaskan tentang Metode Penelitian yang terdiri dari jenis penelitian, unit penelitian (subjek & objek penelitian, dan lokasi penelitian), sumber data penelitian (data primer dan data sekunder), teknik pengumpulan data, dan tehnik analisis data.

Bab IV menjelaskan hasil penelitian yang meliputi, gambaran umum PPSLU Sudagaran, Banyumas, gambaran umum subjek, serta temuan penelitian yang didalamnya meliputi bentuk serta upaya lansia berstatus janda dalam mengatasi kesepian.

Bab V adalah penutup, yang berisi kesimpulan, saran, dan terakhir daftar pustaka.

**IAIN PURWOKERTO**

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah diuraikan, yaitu mengenai kesepian lansia berstatus janda di PPSLU “Sudagaran” Banyumas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua subjek dalam penelitian ini mengalami suatu bentuk kesepian emosional. Kesepian emosional merupakan suatu masalah psikologis yang timbul karena tidak adanya figure kasih sayang yang intim, yang diberikan oleh suami atau keluarga. Adapun faktor yang memicu timbulnya kesepian ini, diantaranya faktor psikologis dan faktor lingkungan. Sedangkan subyek dalam penelitian ini memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasinya. Pada subyek pertama (Mbah Susini) lebih mengutamakan pengenalan terhadap diri sendiri, salah satu caranya yaitu dengan menumbuhkan rasa ikhlas dan meningkatkan kuantitas dan kualitas ibadah kepada Allaah SWT. Pada subjek kedua (Mbah Tarisem), upaya yang dilakukan adalah berkomunikasi dengan sesama PM dan rajin mengikuti setiap kegiatan yang ada di PPSLU “Sudagaran” Banyumas.

## **B. Saran**

Berikut ini beberapa saran atau masukan yang bisa penulis sampaikan berkaitan dengan penelitian tentang kesepian lansia berstatus janda di PPSLU “Sudagaran” Banyumas:

1. Lansia sebaiknya mampu untuk beradaptasi terhadap segala sesuatu yang dialaminya saat ini, baik itu situasi maupun kondisi. Karena hal pertama yang harus disikapi di dunia ini adalah diri kita sendiri.
2. Keluarga lansia sebaiknya lebih mampu untuk memahami dan menerima segala perubahan dan permasalahan yang pada umumnya terjadi pada masa lanjut usia. Dan yang terutama lebih mampu memperlakukan lansia sebagaimana harusnya tanpa melupakan segala perubahan dan permasalahan yang terjadi pada dirinya.
3. Untuk Panti Pelayanan Sosial, baik dari instansi pemerintah maupun non-pemerintah, diharapkan mampu mengurangi bahkan menghilangkan perasaan kesepian pada lansia dengan cara meningkatkan mutu pelayanan pada lansia, memberikan dukungan agar lansia dapat memiliki motivasi hidup dan rasa kasih sayang yang dibutuhkan para lansia di hari tua.

## **C. Penutup**

Puji syukur atas segala kebaikan dan kenikmatan yang Allah SWT berikan sampai detik ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Kesepian Lansia Berstatus Janda (Studi Kasus di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia “Sudagaran” Banyumas).

Meskipun karya sederhana ini masih jauh dari kata sempurna, akan tetapi penulis berharap skripsi ini memberikan manfaat selain untuk penulis sendiri, juga bagi pembaca, terutama mahasiswa BKI pada khususnya, dan mahasiswa IAIN Purwokerto pada umumnya.

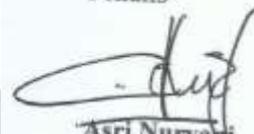
Atas segala kekurangan dan keterbatasan yang ada, penulis memohon maaf yang seikhlas-ikhlasnya. Untuk itu penulis menerima kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir. Semoga Allah senantiasa memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada kita semua. Amiin amiin Ya Robbal 'alamin.

IAIN PURWO

Purwokerto, Agustus 2018

Penulis



Asri Nurvati  
NIM. 1423101053

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Ayu Diah. 2013. “*Kesepian dan Isolasi Sosial Yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan dari Perspektif Sosiologis*”. *Jurnal Informasi*, Vol. 18, No. 02-2013:204
- Arikunto, Suharsini. 1998. *Prosedur Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Surasin
- Azwar, Saifuddin. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- B Hurlock, Elizabeth. 1996. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- B, Bungin. 2003. *Metodologi Penelitian Kualitatif – Aktualisasi Metodologis ke Arah Ragam Varian Kontemporer*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Burns M, D, David D. 1998. *Mengapa Kesepian*. Jakarta: Erlangga
- Dayakisni, Tri. 2003. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press
- Dikutip dari <http://www.gunadarma.ac.id> , diakses pada tanggal 8 Mei 2018, pkl. 10.00 WIB
- Dikutip dari <https://health.detik.com>, diakses pada hari Minggu, 11 Maret 2018, pkl. 13.00 WIB
- E. K, Poerwandari. 1998. *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) UI
- Fadilah, Nur. 2016. “Konsep Diri Janda Akibat Perceraian (Studi Kasus di Desa Karangpakis Kecamatan Nusawungu)”. Purwokerto: Skripsi Institut Agama Islam Negeri Purwokerto
- Fathono, Abdurrahmat. 2006. *Metodologi Penelitian & Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hasan Aliah, Purwakania. 2008. *Psikologi Perkembangan Islami “Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra Kelahiran hingga Pasca Kematian”*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

- Hadi, Sutrisno. 2004. *Metodologi Research: Untuk Penulisan Skripsi, Thesis dan Disertasi*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hayati, Sari. 2010. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian pada Lansia". Sumatera: Skripsi Universitas Sumatera Utara
- Hutapea, Bonar. 2011. "Emotional Intelligence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi berbasis Keagamaan di Jakarta". *Jurnal INSAN*, Vol. 13 No. 02-2011:65
- Ide, Pangkalan. t.t. *Menggunakan Seluruh Otak Agar Lepas dari Kesepian dan Pola Pikir Primitif*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Ikasi, Ayusi, dkk. 2014. "Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesepian (Loneliness) pada Lansia". *Jurnal Jom Psik* Vol. 1 No. 2-2014:2
- Indriana, Yeniari. 2008. *Gerontologi: Memahami Kehidupan Usia Lanjut*. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro Semarang
- Irviana, Ariztya. 2009. "Kebutuhan Psikologis Janda Lansia yang Tinggal Sendiri". Semarang: Skripsi Universitas Katolik Soegitapranata
- J. W, Santrock. 2002. *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Jusup, Lenny. 2011. *Kiat Menghadapi Masalah Kesehatan Lansia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Karvistina, Listya. 2011. "Persepsi Masyarakat Terhadap Status Janda (Studi Kasus di Kampung Iromejan, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta)". Yogyakarta: Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. *Analisis Lansia di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI
- Kohari Permadi, Hari. 2011. *Peran Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Ibadah Shalat pada Lansia di Balai Perlindungan Sosial*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatulloh
- Mara Setiawan, Bintang. 2018. "Kesepian Pada Lansia di Panti Werdha Sultan Fatah Demak". Semarang: Skripsi Universitas Negeri Semarang

- Maryam, Siti. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Moleong, L . J. 1998. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Mujahir, Noeng. 2001. *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Surasin
- Mulyana, Deddy. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- N. A, Aimmatu, dan Siti Azizah .R, “Hubungan Self-Esteem dengan Kecenderungan Tingkat Kesepian pada Lansia”. *Jurnal Penelitian Psikologi* Edisi No. 2-2016
- Partini Sudirman, Siti. 2011. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Prawitasari, Jobans E. 1994. *Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia*. *Jurnal Buletin Psikologi UGM Yogyakarta* Edisi No. 1 – 1994
- Riduwan. 2013. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru- Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- S, Nasution. 2001. *Metode Penelitian Naturalistik-Kualitatif*. Bandung: Penerbit Tarsito
- Salim, Peter. 1991. *Kamus Bahasa Kontemporer*. Jakarta: Modern English Press
- Setyowati, Sulis. 2010. “Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia Panti Kesepuhan Wahyun Ansor”. Yogyakarta: Skripsi UIN Sunan Kalijaga
- Surakhmad, Winarko. 1982. *Pengantar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Tarsito
- Wati Azizah, Sri Airo. 2015. “Upaya Lansia dalam Menangani Kesepian (Studi Kasus di Balai Pelayanan Sosial Lanjut Usia)”. Purwokerto: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto
- Widayati, Wiji, dan Sri Purnami. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Teras